

御満足頂ける食事を **心** を込めて... /

**ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわっています！**

ごはん：370kcal

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
12/22 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・照り焼きチキン ・揚げ肉ギョーザ ・ロースハム ・小松菜煮物 ・その他 		エネルギー：306kcal たんぱく質：13.1g 脂質：12.0g 炭水化物：27.5g 食塩相当量：3.8g
12/23 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・海老フライ&白身フライ ・椎茸と大根旨煮 ・餡かけ玉子 ・ピーマン炒め ・その他 		エネルギー：357kcal たんぱく質：14.0g 脂質：15.1g 炭水化物：32.3g 食塩相当量：2.8g
12/24 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉スタミナ炒め ・イカリングフライ ・海鮮チヂミ焼き ・切干し大根煮物 ・その他 		エネルギー：367kcal たんぱく質：15.6g 脂質：14.3g 炭水化物：29.7g 食塩相当量：2.2g
12/25 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・大判鶏もも唐揚げ ・春雨チャブチエ ・ミニバーグ ・さつまいも ・その他 		エネルギー：461kcal たんぱく質：25.9g 脂質：21.8g 炭水化物：26.1g 食塩相当量：1.8g
12/26 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・ひとくち豚カツ ・野菜カレー炒め ・ポテトサラダ ・とうふ天 ・その他 		エネルギー：424kcal たんぱく質：13.4g 脂質：16.3g 炭水化物：43.9g 食塩相当量：4.0g

仕入れの都合により一部変更場合があります

**ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわり、手間かけています！**

**別注文、幕内弁当、承ります！
 お電話ください！**



日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
12/29 (月)	年末年始はおまかせメニューとなります		
12/30 (火)	年末年始はおまかせメニューとなります		
12/31 (水)	年末年始はおまかせメニューとなります		
1/1 (木)	年末年始はおまかせメニューとなります		
1/2 (金)	年末年始はおまかせメニューとなります		

仕入れの都合により一部変更場合があります

大学推薦入試での合格を目指すなら「褒めて伸ばす個別指導、京進の個別指導スクール・ワン！」
 詳しくは「スクール・ワン」で検索♪

株式会社 京進

大阪府内38教室



協賛広告

