

お米は
国産米を
使用！

ご飯は毎日ガス炊飯！
こだわっています！

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)
3/2 (月)	・照り焼きチキン ・茄子の煮浸し ・マカロニサラダ ・揚げ焼売 ・その他		エネルギー: 416kcal たんぱく質: 13.2g 脂質: 25.8g 炭水化物: 24.1g 食塩相当量: 3.5g
3/3 (火)	・もちもちカレーフライ ・金平ごぼう ・ひじき薩摩揚げ者 ・オムレツ ・その他	 カレーフライ 美味しい!	エネルギー: 391kcal たんぱく質: 9.0g 脂質: 17.0g 炭水化物: 48.4g 食塩相当量: 4.6g
3/4 (水)	・うずら串カツとミニ豚カツ ・葱入り山芋焼き ・高野豆腐と椎茸煮 ・竹輪金平 ・その他		エネルギー: 373kcal たんぱく質: 14.4g 脂質: 16.7g 炭水化物: 32.8g 食塩相当量: 2.7g
3/5 (木)	・鶏ささみ天ぷら ・生姜と蓮根つまみ天 ・ハンバーグ ・千切大根煮 ・その他	 鶏ささみ天 美味しい!	エネルギー: 332kcal たんぱく質: 18.8g 脂質: 13.3g 炭水化物: 23.7g 食塩相当量: 3.7g
3/6 (金)	・帆立クリームコロツケ ・ちくわ天ぷら ・鶏そぼろ煮 ・椎茸と蒟蒻煮 ・その他		エネルギー: 362kcal たんぱく質: 10.6g 脂質: 20.0g 炭水化物: 33.1g 食塩相当量: 2.8g

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！

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
3/9 (月)	・海老カツタルタル ・野菜豆腐寄せ ・小松菜と揚げ煮 ・うずら金時豆 ・その他		エネルギー: 374kcal たんぱく質: 13.6g 脂質: 19.8g 炭水化物: 30.2g 食塩相当量: 3.5g
3/10 (火)	・鶏もも唐揚げ ・里芋とねじり糸こん煮 ・海鮮チヂミ焼 ・しそ昆布 ・その他	 みんな大好き からあげ!	エネルギー: 430kcal たんぱく質: 17.5g 脂質: 23.5g 炭水化物: 32.4g 食塩相当量: 3.5g
3/11 (水)	・他人井風煮 ・南瓜の天ぷら ・軟骨入りつくね ・大根生酢 ・その他		エネルギー: 392kcal たんぱく質: 13.1g 脂質: 17.9g 炭水化物: 25.8g 食塩相当量: 2.6g
3/12 (木)	・ウィンナーフライ ・スパ野菜サラダ ・筍穂先と大根煮 ・肉団子 ・その他	 ウィンナーフライ 美味しい!	エネルギー: 409kcal たんぱく質: 10.8g 脂質: 20.2g 炭水化物: 37.8g 食塩相当量: 3.2g
3/13 (金)	・チキンステーキもも塩 ・ポテト揚げ ・ハム天ぷら ・野菜カレー炒め ・その他		エネルギー: 342kcal たんぱく質: 15.0g 脂質: 17.9g 炭水化物: 23.2g 食塩相当量: 2.5g

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♪



協賛広告

