

日	献立	日	献立
1 (月)	ミートコロック スパソテー 若布の胡麻油炒め 709kcal	16 (火)	和風ハンバーグ チリコンカン 若布と玉葱の和え物 726kcal
2 (火)	カレーハンバーグ 青菜のお浸し コーンソテー 723kcal	17 (水)	メンチカツ シュウマイ 竹輪のチーズ胡椒炒め キャロットラペ風 688kcal
3 (水)	メンチカツ クリームシチュー 大豆とひじきの煮物 こんにゃくのピリ辛煮 654kcal	18 (木)	焼うどん 野菜コロック ひじきのフレンチサラダ マカロニのあおさ炒め 667kcal
4 (木)	タラの天ぷら かき揚げ 竹輪天 ブロッコリーのコンソメ煮 ポテトフライ 591kcal	19 (金)	ミートボールの酢豚風 茄子の煮付け ゴボウサラダ 743kcal
5 (金)	白身フライ 大根のカニ餡かけ 炒り豆腐 659kcal	20 (土)	☆お楽しみメニュー☆
6 (土)	☆お楽しみメニュー☆	21 (日)	
7 (日)		22 (月)	ポテトコロック オムレツ ビーフン炒め 若布の煮物 709kcal
8 (月)	アジフライ カレー マカロニサラダ 竹の子の煮物 656kcal	23 (火)	明太クリームスパ ハムカツ 枝豆の胡麻サラダ 白菜の高菜煮 698kcal
9 (火)	五目焼きそば 揚げ餃子 きんぴらごぼう 切干大根の炒め物 689kcal	24 (水)	白身フライ ハヤシ 青菜のお浸し 椎茸とフキの煮物 617kcal
10 (水)	カレーコロック 若布とツナのサラダ 茄子のケチャップ炒め 647kcal	25 (木)	ソース焼きそば カレーコロック ひじきの胡麻風味和え 青菜のお浸し 698kcal
11 (木)	さんまの天ぷら ビーフンのスタミナ炒め 白菜の浅漬け 553kcal	26 (金)	タラの天ぷら かき揚げ 大根と油揚げの煮物 さつまいもの甘煮 588kcal
12 (金)	ミートスパ コーンコロック ひじきの煮物 オクラのポン酢和え 661kcal	27 (土)	☆お楽しみメニュー☆
13 (土)	☆お楽しみメニュー☆	28 (日)	
14 (日)		29 (月)	ミートコロック 青菜のお浸し ひじきの胡麻油炒め 605kcal
15 (月)	カニクリームコロッケ ハムの天ぷら 蓮根の金平 冬瓜のくず煮 640kcal	30 (火)	トマトソースパスタ コロッケ 豆腐のサラダ ブロッコリーの炒め物 686kcal

- ・仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。
- ・ご飯は国内産の白米を使用しております。

暑くなってまいりました。

お弁当は14時頃までにお召し上がり頂けます様、お願い申し上げます

