

日	献立	日	献立
1(月)	アジフライ ハヤシ スパソテー 冬瓜のとろ煮 702kcal	16(火)	タラの天ぷら かき揚げ 竹輪天 チリコンカン こんにゃくとじゃが芋の含め煮 659kcal
2(火)	豚しゃぶ 青菜のお浸し 高野豆腐の煮物 741kcal	17(水)	ミートスパ カニクリームコロッケ 竹輪のチーズ胡椒炒め キャロットラペ風 677kcal
3(水)	クリーミーコーンコロッケ オムレツ 大豆とひじきの煮物 こんにゃくのピリ辛煮 681kcal	18(木)	酢どり ひじきのフレンチサラダ ピーマンのおかか炒め 718kcal
4(木)	五目やきそば 揚げ餃子 竹輪のケチャップ炒め ポテトフライ 648kcal	19(金)	ハムカツ がんもの煮付け 塩マーボー ゴボウサラダ 740kcal
5(金)	男爵コロッケ 大根のカニ餡かけ チャプチェ 682kcal	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)	白身フライ オムレツ スイートチリソース ビーフン炒め オニオンサラダ 744kcal
8(月)	イカカツ ハムステーキ マカロニサラダ 青菜と海苔の胡麻和え 711kcal	23(火)	チキン南蛮 枝豆の胡麻サラダ 茄子の煮物 750kcal
9(火)	ハンバーグ きんぴらごぼう キャベツの中華和え 733kcal	24(水)	明太クリームスパ メンチカツ 青菜のお浸し 椎茸とフキの煮物 745kcal
10(水)	鶏の唐揚げ コーンコロッケ 若布とツナのサラダ 茄子のケチャップ炒め 747kcal	25(木)	和風ハンバーグ マカロニのカレー炒め ひじきの胡麻風味和え 764kcal
11(木)	白身魚の唐揚げ マーボー茄子 ビーフンのスタミナ炒め 蓮根とコーンのサラダ 604kcal	26(金)	野菜コロッケ カレー ブロッコリーと竹輪の胡麻和え さつまいもの甘煮 652kcal
12(金)	ソース焼きそば カレーコロッケ 大根と油揚げの煮物 オクラのポン酢和え 696kcal	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)	豚カツ カレースパ キャベツと玉葱のバター醤油炒め 青菜のお浸し 585kcal
15(月)	豚肉の生姜焼き 蓮根の金平 青菜の和え物 742kcal	30(火)	タラの天ぷら 八宝菜あんかけ 豆腐のサラダ ブロッコリーの炒め物 583kcal

- ・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

