

お献立表

	メインディッシュ	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	小鉢	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g
8月1日	照焼ハンバーグ (小麦, 卵, 乳)	296	15	13.5	2	○春雨中華 (小麦, 卵)	47	0.7	0.8	0.5
9日	赤魚煮付け (小麦)	280	25.8	8.1	2.2	○白菜ちくわ煮 (えび, 小麦, 卵)	32	2.1	0.2	1.2
月	鶏チリポテト (小麦)	687	23.9	37.4	3.4	○春巻き (小麦, 卵)	110	2.5	7.1	0.4
8月20日	トルコライス (小麦, 卵, 乳)	723	23.8	16.2	4	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
火	キャベマヨチキン (小麦, 卵, 乳)	651	24.7	44.3	4.6	○小松菜椎茸浸し (小麦)	56	3.3	3.1	0.9
8月21日	肉団子と根菜のしぐれ煮 (小麦, 卵, 乳)	343	16.2	11.8	2.5	○ウインナーマスタード炒め (小麦)	87	3.5	4.7	1
水	オムそば (えび, 小麦, 卵)	529	16.1	27	5.1	○いちご杏仁豆腐 (卵, 乳)	36	0.1	0.1	0
8月22日	焼肉丼 (小麦)	857	22.1	39.4	2.9	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
8月23日	かつとじ (小麦, 卵, 乳)	496	22.6	26.5	3.8	○スパゲティサラダ (小麦, 卵)	131	1.7	9.2	0.7
1日	ホッケ塩焼	216	21.3	12.2	1.6	○イカ酢の物 (小麦)	43	3.6	0.3	0.9
2日	みぞれチキン (小麦)	530	24.9	29.7	2.7	○白滝ひじき煮 (小麦)	49	2	2.4	0.7
3日	徳島丼 (小麦, 卵)	676	29	17.8	2.7	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
4日	チキン南蛮 (小麦, 卵, 乳)	557	26.1	29.8	2.3	○いんげんちくわすりゴマ和え (えび, 小麦, 卵)	37	2.4	1.3	0.7
5日	肉じゃが(1/3日野菜) (小麦)	353	14.2	6.8	5.4	○蓮根きんぴら (小麦)	63	0.9	1.6	0.9
6日	鶏と茄子の味噌炒め(1/2日野菜) (小麦)	323	17.9	13.2	1.9	○ツナもやしカレー炒め (アレルギーなし)	40	2.7	1.8	1
7日	豆腐と青菜の辛味丼 (小麦, 乳)	520	17.7	8.1	3.3	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
8日	冷しゃぶ (小麦)	443	16.2	36.2	2.4	○かぼちゃサラダ (卵)	105	1.1	6.1	0.3
9日	さば南蛮漬け (小麦)	401	25.2	15.4	4.2	○白和え (小麦)	59	3.8	2.4	0.5
10日	ゴーヤチャンプルー (小麦, 卵)	384	27.7	22.4	3.1	○カニと枝豆の玉子とじ (かに, 小麦, 卵)	49	4	1.9	0.8
11日	背徳背脂カレー (小麦, 乳)	715	17.2	29	6.6	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
12日	鶏ごぼうのから揚げ (小麦, 乳)	439	25.9	21.7	2.3	○青梗菜もやし浸し (小麦)	18	1.4	0.1	0.7
13日	糖質オフのツナあんかけ (小麦)	284	18.3	9.8	3.7	○白菜シーチキン煮 (小麦)	55	2.9	2	1.4
14日	蒸し鶏のパリパリサラダ (小麦)	201	23.4	3.2	1.7	○蓮根人参炒め煮 (小麦)	56	1.2	0.5	0.6
15日	ハントンライス (小麦, 卵, 乳)	896	24.6	36.9	4.1	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
16日	ポークステーキオニオンス (小麦)	286	17.4	14.3	1.6	○ハムキャベツサラダ (卵)	89	2.4	7.5	0.5
17日	鶏の生姜炒め(1/3日野菜) (小麦)	302	19.5	14.2	3	○じゃが芋ベーコンブイヨン煮 (小麦, 乳)	83	2.2	3.7	0.5
18日	塩だれチキン丼 (小麦, 卵)	632	30.4	13.1	2	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0

☆今週のおすすめメニュー☆



背徳背脂カレー

今月はカレーフェアを行います！
今週は背徳感たっぷりの背脂カレーです。
ラーメンを彷彿させるようなスタミナたっぷりのカレーです。

材料調達の都合により、お献立表を変更する場合がございます。悪しからずご了承下さい。

※丼・ご飯もののセットのみご飯のカロリーも含んでいます(ご飯1人180g 302kcal)

※カレーライスのご飯は250g 420kcalです。

※アレルギーは1大アレルギーのみ表示しております。メインディッシュのアレルギー表示は付け合わせ等を含んでおりません。また、同一製造ラインでの微量の混入までは保証されておりませんのでご注意ください。