

並ランチメニュー

TEL 053-445-0300
 IP 050-3784-2976
 FAX 053-445-0366
 URL <http://www.f-towa.com>

	月	火	水	木	金	土
日付	12月2日	12月3日	12月4日	12月5日 きのご御飯	12月6日	12月7日
料理名	鶏唐揚げ キャベツと油揚げの煮物 スパサラダ 昆布豆	揚げ餃子 ミートマカロニグラタン 大根味噌煮 蓮根ごまドレサラダ	天ぷら盛り合わせ じゃが芋と椎茸の煮物 春雨中華酢 抹茶塩	カレー唐揚げ野菜あんかけ 金平牛蒡 若布と花麴の酢の物 オクラ生姜醤油和え	親子丼風煮 ねぎ塩スパゲティ 大根サラダ 磯辺さつま	イカカツ 金平蓮根 もやしごま酢和え 白菜ピーナッツ和え
	エネルギー721kcal たんぱく質19.9g 脂質16.7g 塩分2.1g	エネルギー693kcal たんぱく質14.6g 脂質11.9g 塩分3.5g	エネルギー715kcal たんぱく質14.4g 脂質12.3g 塩分3.2g	エネルギー618kcal たんぱく質14.9g 脂質8.5g 塩分2.4g	エネルギー606kcal たんぱく質18.5g 脂質8.3g 塩分2.2g	エネルギー660kcal たんぱく質10.8g 脂質15.4g 塩分3.0g
日付	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日 ひじき御飯	12月13日	12月14日
料理名	豚丼風煮 サワークリームスパゲティ ミニカレーコロッケ 生野菜サラダ	チキンピカタ かき揚げ(紅生姜) 金平蓮根 若布コールスローサラダ	イカリングフライ ハムステーキ 肉じゃが煮 もやし中華酢	野菜つくね塩だれ焼 じゃが芋味噌マヨ焼 卵の花炒り煮 マカロニオーロラソース和え	バターコロッケ 大根煮 ツナサラダ もやし生姜醤油和え	メンチカツ 細切昆布煮 紅白生酢 蓮根梅肉和え
	エネルギー640kcal たんぱく質17.1g 脂質11.9g 塩分1.9g	エネルギー630kcal たんぱく質14.0g 脂質14.5g 塩分2.7g	エネルギー583kcal たんぱく質12.9g 脂質7.6g 塩分2.7g	エネルギー927kcal たんぱく質18.9g 脂質30.5g 塩分3.3g	エネルギー739kcal たんぱく質12.7g 脂質19.7g 塩分2.4g	エネルギー678kcal たんぱく質13.5g 脂質13.1g 塩分2.9g
日付	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日 五目御飯	12月20日	12月21日
料理名	ハンバーグ塩だれ焼 野菜コロッケ 筍山菜煮 若布ごまドレサラダ	豚すきやき風煮 揚げ焼売 梅しそスパソテー 大根ごまドレサラダ	醤油味イカカツ マカロニグラタン ひじき大豆煮 ツナマリネ	天ぷら盛り合わせ 白菜と油揚げの煮物 ミニペネサダ 紅葉卸	ハムステーキ 目玉焼フライ 春雨チリソース煮 コーンサラダ	アジフライ 切干大根洋風煮 春雨コールスローサラダ 辛子きくらげ
	エネルギー641kcal たんぱく質14.0g 脂質13.6g 塩分2.9g	エネルギー657kcal たんぱく質16.3g 脂質11.5g 塩分3.9g	エネルギー673kcal たんぱく質18.3g 脂質13.9g 塩分2.8g	エネルギー816kcal たんぱく質18.2g 脂質22.2g 塩分2.1g	エネルギー690kcal たんぱく質12.8g 脂質20.5g 塩分2.9g	エネルギー638kcal たんぱく質14.4g 脂質13.1g 塩分2.5g
日付	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日 鶏飯	12月27日	12月28日
料理名	鶏塩だれ焼 かき揚げ(紅生姜) 金平牛蒡 若布サラダ	ポークカレー カニしぐれフライ 梅しそスパソテー 生野菜サラダ	白身フライ 茄子ミートグラタン 切干煮付 春雨ごまドレサラダ	ピーマン肉詰フライ フラワープレーンオムレツ 卵の花炒り煮 シェルサラダ	酢豚風煮 蒸焼そば 大根サラダ オクラ生姜醤油和え	ハムカツ 竹輪照焼 キャベツと油揚げの煮物 もやし中華酢
	エネルギー688kcal たんぱく質15.9g 脂質20.9g 塩分2.1g	エネルギー648kcal たんぱく質14.5g 脂質15.4g 塩分2.6g	エネルギー672kcal たんぱく質15.3g 脂質16.1g 塩分3.5g	エネルギー816kcal たんぱく質16.1g 脂質21.0g 塩分3.0g	エネルギー626kcal たんぱく質15.1g 脂質6.5g 塩分3.9g	エネルギー670kcal たんぱく質14.4g 脂質15.4g 塩分2.4g
日付	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
料理名	お休み					

* 材料の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
 * 安全上、賞味期限は午後2時までとさせていただきます。
 * 食器を灰皿に使用したり、ガム等を捨てたりしないで下さい。
 * 弊社のお米は、国内産の物を使用しております。

※栄養価表示は主食の387kcalを含みます

予定です