

上ランチメニュー

	月 12月2日	火 12月3日	水 12月4日	木 12月5日 きのご御飯	金 12月6日	土 12月7日
料理名	ハンバーグデミソース 白菜としめじの煮物 竹輪磯部天 春雨サラダ その他数品	鶏塩麹唐揚 ひじき大豆煮 キャベツ紅生姜天 ツイストマカロニサラダ その他数品	豚丼風煮 バジリコスパゲティ 黒酢肉団子 大根サラダ その他数品	かき揚(紅生姜) じゃが芋ミートグラタン 卵の花炒り煮 枝豆サラダ その他数品	エビカツ ハムステーキ 春雨チリソース煮 コーンサラダ その他数品	タコカツ 豆腐ハンバーグ山賊焼 金平蓮根 もやしごま酢和え その他数品
	エネルギー769kcal たんぱく質19.5g 脂質22.2g 塩分3.5g	エネルギー849kcal たんぱく質23.8g 脂質31.3g 塩分2.6g	エネルギー648kcal たんぱく質20.5g 脂質11.4g 塩分2.9g	エネルギー841kcal たんぱく質18.5g 脂質25.2g 塩分4.5g	エネルギー814kcal たんぱく質16.3g 脂質25.3g 塩分3.3g	エネルギー682kcal たんぱく質15.1g 脂質13.0g 塩分2.8g
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	タレメンチ ミニお好み焼 切干大根味噌煮 スパサラダ その他数品	ポークカレー ヒレカツ ミニペンネナポリタン 蓮根サラダ その他数品	アジフライ マカロニグラタン きつね卵とじ煮 ミートボールケチャップ煮 その他数品	天ぷら盛り合わせ 金平牛蒡 さつま揚 コーンマリネ その他数品	鶏すきやき風煮 醤油味イカカツ ポイルスパマトソースかけ 生野菜サラダ その他数品	白身フライピザ風焼 たこ焼 細切昆布煮 紅白生酢 その他数品
	エネルギー926kcal たんぱく質18.3g 脂質11.9g 塩分1.9g	エネルギー740kcal たんぱく質17.7g 脂質20.2g 塩分3.3g	エネルギー777kcal たんぱく質21.4g 脂質21.6g 塩分3.2g	エネルギー788kcal たんぱく質17.5g 脂質17.5g 塩分1.9g	エネルギー741kcal たんぱく質17.8g 脂質16.8g 塩分4.1g	エネルギー699kcal たんぱく質14.8g 脂質10.3g 塩分3.7g
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	あぶり焼チキンステーキ かき揚(紅生姜) クリームシチュー マカロニサラダ その他数品	鶏竜田揚 肉団子照焼 野菜コンソメ煮 若布と花麹の酢の物 その他数品	他人丼風煮 クリーミーコーンコロケ 明太スパゲティ 大根サラダ その他数品	ジューシー肉焼売 茄子ミートグラタン 卵の花炒り煮 シェルサラダ その他数品	ハンバーグオニオンソース 揚げじゃが芋 麻婆白菜 カニマリネ その他数品	カレイ唐揚トマトソースかけ ミニペンネ梅しそ 切干大根洋風煮 春雨コールスローサラダ その他数品
	エネルギー751kcal たんぱく質19.0g 脂質21.9g 塩分3.4g	エネルギー759kcal たんぱく質22.7g 脂質24.0g 塩分3.4g	エネルギー702kcal たんぱく質20.8g 脂質13.9g 塩分3.2g	エネルギー971kcal たんぱく質20.7g 脂質32.2g 塩分3.8g	エネルギー764kcal たんぱく質20.3g 脂質19.0g 塩分3.7g	エネルギー707kcal たんぱく質16.8g 脂質18.4g 塩分3.0g
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	豚すきやき風煮 一口ささみフライ 焼ビーフン 蓮根ごまドレサラダ その他数品	ハンバーグ照焼 マカロニグラタン フライドポテト 若布コールスローサラダ その他数品	チキンカツ丼風煮 スパナポリタン 茄子生姜醤油 生野菜サラダ その他数品	タンドリーチキン 目玉焼フライ ポークビーンズ ツイストマカロニサラダ その他数品	天ぷら盛り合わせ 黒酢肉団子 じゃが芋と椎茸の煮物 春雨サラダ その他数品	ピザメンチ キャベツと油揚げの煮物 竹輪照焼 もやし中華酢 その他数品
	エネルギー667kcal たんぱく質16.1g 脂質8.8g 塩分4.5g	エネルギー868kcal たんぱく質20.3g 脂質25.1g 塩分4.7g	エネルギー792kcal たんぱく質22.3g 脂質21.3g 塩分4.2g	エネルギー910kcal たんぱく質23.4g 脂質27.6g 塩分3.0g	エネルギー865kcal たんぱく質17.7g 脂質22.9g 塩分3.3g	エネルギー764kcal たんぱく質18.8g 脂質17.8g 塩分4.2g
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。
 * 電子レンジでの温めは1分以内でお願いします。

※栄養価表示は主食の387kcalを含みます

予定です