

# 献立表

8月後半(8月18~29日)

◆アレルギー物質特定原材料について◆

7品目の内、玉子・乳成分・小麦については、毎日のお弁当全てに含まれています。他の4成分については、メニュー横の赤字の材料が含まれています。尚、そばについては同じ釜でゆでていますので、重篤

ご注文は **045-583-2151**

※ご注文は7:00~9:00までをお願いします。

※お弁当は午後1時までにお召し上がり下さい。

※材料、仕入れ等の都合により献立に変更がある場合がございます。



**うな重**



1,050円(税込み) 8月29日迄

**\*お願い！**

重箱とおかずの容器は電子レンジに対応していません。  
電子レンジのご使用はご遠慮ください

\* お弁当の保管場所は冷暗所をお願いします

\* 食材以外の物は空き容器に入れないでください！

| 日付                                            | 献立                                                           | 栄養価                                                   |     | 日付                                           | 献立                                                               | 栄養価                                                   |           |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------|
| 8月18日<br>(月)                                  | 牛肉ミスジの韓国風煮<br>イカの海苔巻き揚げ<br>麻婆茄子<br>華風サラダ<br>蒲鉾と若布の酢味噌        | <b>399 Kcal</b><br>蛋白 20.9 g<br>脂質 16.8 g<br>塩分 4.4 g |     | 8月25日<br>(月)                                 | 豚ロースかつカレー<br>煮物盛り合わせ<br>ツナサラダ<br>生野菜<br>酢の物                      | <b>449 Kcal</b><br>蛋白 18.5 g<br>脂質 30.6 g<br>塩分 3.1 g |           |
| 8月19日<br>(火)                                  | 豚ロースソテーマトチーズソース<br>帆立貝入りかき揚げ<br>銀杏と鶏肉の中華炒め<br>生野菜<br>アボカドサラダ | <b>582 Kcal</b><br>蛋白 25.5 g<br>脂質 38.2 g<br>塩分 2.8 g | 落花生 | 8月26日<br>(火)                                 | チキン竜田揚げタルタルソース<br>焼き魚<br>とち油揚げ煮あろし<br>野菜サラダ<br>海苔佃煮              | <b>449 Kcal</b><br>蛋白 24.1 g<br>脂質 29.3 g<br>塩分 4.1 g |           |
| 8月20日<br>(水)                                  | サーモンフライタルタルソース<br>ミニハンバーグ<br>里芋と鶏肉含め煮<br>野菜サラダ<br>海苔佃煮       | <b>519 Kcal</b><br>蛋白 22.1 g<br>脂質 29.4 g<br>塩分 4.3 g |     | 8月27日<br>(水)                                 | 牛しぐれ煮<br>イカリングフライ<br>コーンと野菜のバターソテー<br>和風生野菜<br>青菜のおかか和え          | <b>443 Kcal</b><br>蛋白 19.3 g<br>脂質 25.5 g<br>塩分 3.0 g |           |
| 8月21日<br>(木)                                  | 炭火焼き牛カルビ<br>コーンたっぷりフライ<br>竹輪と五目炒め煮<br>生野菜<br>青菜のおかか和え        | <b>400 Kcal</b><br>蛋白 14.9 g<br>脂質 24.2 g<br>塩分 3.5 g |     | 8月28日<br>(木)                                 | 海老フライとメンチフリッター<br>コーンとチキンのクリーム煮<br>銀杏入り野菜炒め<br>生野菜<br>アボカドの華風ピリ辛 | <b>556 Kcal</b><br>蛋白 19.3 g<br>脂質 32.3 g<br>塩分 3.2 g | 落花生<br>えび |
| 8月22日<br>(金)                                  | 油淋鶏<br>牛肉ミスジのカレー煮<br>カボチャの含め煮<br>華風サラダ<br>明太子と大根和え           | <b>464 Kcal</b><br>蛋白 22.0 g<br>脂質 25.5 g<br>塩分 3.6 g |     | 8月29日<br>(金)                                 | ポークソテーガーリックバター醤油<br>三角中華春巻き<br>イカマリネ<br>野菜サラダ<br>五目炒め煮           | <b>403 Kcal</b><br>蛋白 17.3 g<br>脂質 26.5 g<br>塩分 3.8 g |           |
| 8月18日~22日共通のお弁当                               |                                                              |                                                       |     | 8月25日~29日共通のお弁当                              |                                                                  |                                                       |           |
| * オリジナル<br>焼肉ビビンバ重<br>(928Kcal)               |                                                              |                                                       |     | * オリジナル<br>鶏肉唐揚げ南蛮重<br>(909Kcal)             |                                                                  |                                                       |           |
| * 中華めん<br>冷しツナまぜ麺と<br>ミニ焼肉ビビンバ丼<br>(831Kcal)  |                                                              |                                                       |     | * 中華めん<br>冷し牛焼肉麺と<br>ミニ鶏唐揚げ南蛮丼<br>(797Kcal)  |                                                                  |                                                       |           |
| * そば<br>冷し海鮮かき揚げそばと<br>ミニ焼肉ビビンバ丼<br>(737Kcal) |                                                              |                                                       |     | * うどん<br>冷しきつねうどんと<br>ミニ鶏唐揚げ南蛮丼<br>(816Kcal) |                                                                  |                                                       |           |