株式会社　誠
横浜市鶴見区駒岡1-27-14
TEL 045-583-2151 FAX 045-572-9737
ホームページ http://www.makoto-y.com
メール info@makoto-y.com

献立表

4月後半（4月16日～5月1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、重篤及び過敏な人はご留意くださいますようお願い申し上げます。

ご注文は　045－583－2151

※ご注文は7:00～9:00までにお願いします。
※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。

＊お願い！

重箱とおかずの容器は電子レンジに対応しておりません。
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でお願いします

＊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	
4月16日（木）	豚肉のシラチャーソースソテー 竹輪と鶏肉の煮物 甘海老唐揚げ 生野菜 数の子と若布の和え物	412 kcal 蛋白 27.0 g 脂質 22.3 g 塩分 3.7 g	そば 落花生 えび かに
4月17日（金）	牛肉豆腐 銀杏入りかき揚げ 鰺の南蛮漬け 十六穀米入り和風サラダ 里芋のそぼろ煮	517 kcal 蛋白 19.9 g 脂質 28.5 g 塩分 3.3 g	そば 落花生 えび かに
4月20日（月）	チキンかつカレー さつま揚げと切干大根信田煮 豚タンネギ塩だれ 生野菜 ザーサイと刻み昆布和え	418 kcal 蛋白 21.7 g 脂質 25.2 g 塩分 4.2 g	そば 落花生 えび かに
4月21日（火）	ハニーバターポークソテー 秋刀魚の唐揚げ煮おろし添え 麻婆茄子 明太スパゲティ アスパラとツナのサラダ	662 kcal 蛋白 23.7 g 脂質 45.2 g 塩分 3.9 g	そば 落花生 えび かに
4月22日（水）	海老と鰆のフライタルタルソース 豚肉と大根のこっ照煮 ピーナッツとさつま芋炒め 生野菜 鰹の角煮	637 kcal 蛋白 26.5 g 脂質 38.0 g 塩分 3.5 g	そば 落花生 えび かに
4月23日（木）	牛肉しぐれ煮 メバルのパン粉焼き 一口ささ身フライ フルーツサラダ 青菜のお浸し	498 kcal 蛋白 21.3 g 脂質 30.4 g 塩分 3.0 g	そば 落花生 えび かに
4月24日（金）	ヤンニョムチキン 野菜バーグの大根おろし添え とろろ揚げ出し野菜あん フォー麺サラダ ちりめんと千切り大根	541 kcal 蛋白 24.5 g 脂質 28.0 g 塩分 3.8 g	そば 落花生 えび かに
4月27日（月）	ハンバーグと海老の海苔巻揚げ つくねと大根含め煮 さつま芋ダイスとコーンクリーム 生野菜 アスパラのバター炒め	494 kcal 蛋白 22.9 g 脂質 21.9 g 塩分 4.0 g	そば 落花生 えび かに
4月28日（火）	豚肉のピスタチオ入り味噌漬焼 海老かつといかリングのスイートチリマヨ 数の子と若布の黄金和え 柚子香る和風サラダ 里芋のそぼろ煮	600 kcal 蛋白 27.5 g 脂質 40.4 g 塩分 4.1 g	そば 落花生 えび かに
4月29日（水）	お休みさせて頂きます。	kcal 蛋白 g 脂質 g 塩分 g	そば 落花生 えび かに
4月30日（木）	お楽しみ弁当	kcal 蛋白 g 脂質 g 塩分 g	そば 落花生 えび かに
5月1日（金）	お楽しみ弁当	kcal 蛋白 g 脂質 g 塩分 g	そば 落花生 えび かに

4月16日～17日共通のお弁当

＊オリジナル
豚肉チンジャオロース重
（897kcal）

オリ　そば　落花生　えび　かに

＊中華めん
冷やし中華と
ミニチンジャオロース丼
（682Kcal）

中華　そば　落花生　えび　かに

＊うどん
冷し天ぷらうどんと
ミニチンジャオロース丼
（713kcal）

うどん　そば　そば　落花生　えび　かに

4月20日～24日共通のお弁当

＊オリジナル
ガパオライス
（858kcal）

オリ　そば　落花生　えび　かに

＊中華めん
冷し棒々鶏麺と
ミニガパオライス
（583Kcal）

中華　そば　落花生　えび　かに

＊そば
冷しきつねそばと
ミニガパオライス
（521kcal）

うどん　そば　そば　落花生　えび　かに

4月27日～4月28日共通のお弁当

＊オリジナル
天重
（892kcal）

オリ　そば　落花生　えび　かに

＊中華めん
冷やしワンタン麺と
ミニ天丼
（642Kcal）

中華　そば　落花生　えび　かに

＊うどん
冷しオクラなめこうどんと
ミニ天丼
（551kcal）

うどん　そば　そば　落花生　えび　かに