



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

9月前半(9月1日～15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注意ください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。



日付	献立	栄養価		日付	献立	栄養価	
9月1日 (火)	鶏の唐揚げ南蛮風 焼魚ふき味噌添え ハムのカレーマリネ 華風サラダ 切干大根信田煮	522 kcal 蛋白 25.1 g 脂質 33.4 g 塩分 4.1 g	そば 落花生 えび かに	9月7日 (月)	ハンバーグと海老フライ 牛肉じゃが カニ蒲鉾マリネ 生野菜 青菜のお浸し	431 kcal 蛋白 20.8 g 脂質 23.6 g 塩分 3.3 g	そば 落花生 えび かに
9月2日 (水)	チーズinビーフカツ 焼き餃子食べるラー油添え ツナとコーンのサラダ 生野菜 海苔の佃煮	478 kcal 蛋白 21.6 g 脂質 29.9 g 塩分 3.3 g	そば 落花生 えび かに	9月8日 (火)	豚肉と甘栗の生姜炒め カニクリームコロッケ 餃子ともやしナムル 野菜サラダ レモンスライス砂糖漬け	485 kcal 蛋白 16.2 g 脂質 26.4 g 塩分 3.0 g	そば 落花生 えび かに
9月3日 (木)	豚チンジャオロース イカかつ チキンつみれ甘辛だれ 野菜サラダ ちりめんじゃこと千切り大根	402 kcal 蛋白 22.4 g 脂質 19.4 g 塩分 3.1 g	そば 落花生 えび かに	9月9日 (水)	イカの海苔巻き揚げ 牛すじカレー煮 とろろ芋 日本そば 鯉角切りこっ照煮	472 kcal 蛋白 30.0 g 脂質 17.0 g 塩分 3.5 g	そば 落花生 えび かに
9月4日 (金)	油淋鶏 シマホッケ塩焼き 豚肉とスッキーニのカレー煮 華風サラダ 五目炒め煮	440 kcal 蛋白 23.7 g 脂質 27.2 g 塩分 4.1 g	そば 落花生 えび かに	9月10日 (木)	鶏肉竜田揚げ梅肉おろし 煮物盛り合わせ ロースハムマリネ 生野菜 もやしナムル	381 kcal 蛋白 20.5 g 脂質 24.8 g 塩分 3.7 g	そば 落花生 えび かに
9月11日 (金)	牛肉とスッキーニのオイスター炒め 鰯フライタルタルソース ガーリックシュリンプ 中華麺サラダ つみれのどぼろあん	595 kcal 蛋白 29.6 g 脂質 31.2 g 塩分 4.2 g	そば 落花生 えび かに	9月14日 (月)	豚ロースかつカレー ガンモ含め煮と五目炒め 鯖焼き 生野菜 酢の物	413 kcal 蛋白 23.3 g 脂質 24.2 g 塩分 3.1 g	そば 落花生 えび かに
9月15日 (火)	海老磯辺揚げ ビーフシチュー コーンとスッキーニの和え物 和風サラダ 銀杏ペペロンチーノ	428 kcal 蛋白 21.0 g 脂質 25.2 g 塩分 2.7 g	そば 落花生 えび かに	 * 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 !			
9月1日～4日共通のお弁当				9月7日～11日共通のお弁当			
* オリジナル ルーロー飯 (869kcal)				* オリジナル 鶏肉唐揚げチリマヨ重 (965kcal)			
* 中華めん 冷しバンバンジー麺と ミニルーロー飯 (724Kcal)				* 中華めん 冷やし中華と ミニ鶏肉唐揚げチリマヨ丼 (773Kcal)			
* うどん 冷し天ぷらうどんと ミニルーロー飯 (711kcal)				* そば 冷しきつねそばと ミニ鶏肉唐揚げチリマヨ丼 (691cal)			
9月14日～15日共通のお弁当				9月14日～15日共通のお弁当			
* オリジナル 牛焼肉ビビンバ重 (923kcal)				* 中華めん 冷しチャーシュー麺と ミニ牛ビビンバ丼 (697Kcal)			
* うどん 冷しオクラなめこうどんと ミニ牛ビビンバ丼 (701kcal)				* うどん 冷しオクラなめこうどんと ミニ牛ビビンバ丼 (701kcal)			