

献立表

10月前半(10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
10月1日 (火)	蒸し鶏よだれだれ 鱈大根煮 ロースハムマリネ 生野菜 ネバとろ七種サラダ	338 Kcal 蛋白 25.8 g 脂質 14.9 g 塩分 2.6 g
10月2日 (水)	牛柳川風 ヤゲン串唐揚げ 酢漬け鰯 和風サラダ タコと刻み昆布の中華和え	406 Kcal 蛋白 22.3 g 脂質 24.7 g 塩分 2.7 g
10月3日 (木)	鶏肉カシューナッツ入り唐揚げ グリーンアスパラとホウダイのホワイトソース煮 コンビーフとハラペーニョのもやし炒め 生野菜 マロン寒天	538 Kcal 蛋白 19.1 g 脂質 30.7 g 塩分 3.1 g
10月4日 (金)	ポークソテーバジルチーズソース 鯖の竜田揚げ 麻婆茄子 生野菜 ホタルイカの酢味噌添え	495 Kcal 蛋白 27.0 g 脂質 31.7 g 塩分 3.2 g

日付	献立	栄養価
10月7日 (月)	海老フライとコロケオーロラソース 牛タンカレー煮 ハム入りサラダ 生野菜 五目煮	504 Kcal 蛋白 13.6 g 脂質 32.9 g 塩分 3.4 g
10月8日 (火)	牛しぐれ煮 グリーンアスパラ天ぷら 千キンマリネ 和風サラダ 刻み昆布と白菜の中華和え	401 Kcal 蛋白 15.4 g 脂質 25.2 g 塩分 3.7 g
10月9日 (水)	ポーク唐揚げ甘酢野菜あん 豆腐ハンバーグ煮おろしソース 煮物盛り合わせ 華風サラダ 刻み昆布の佃煮	497 Kcal 蛋白 23.7 g 脂質 26.7 g 塩分 3.9 g
10月10日 (木)	千キンかつ 揚げ出し豆腐南蛮味噌 焼き魚 生野菜 青菜のお浸し	400 Kcal 蛋白 25.0 g 脂質 26.2 g 塩分 2.7 g
10月11日 (金)	牛肉とグリル野菜のガーリックソース カニクリームフライ ロースハムマリネ パンネ ネバとろ七種サラダ	518 Kcal 蛋白 16.4 g 脂質 30.3 g 塩分 3.2 g

日付	献立	栄養価
10月14日 (月)	お休みさせていただきます。	Kcal 蛋白 g 脂質 g 塩分 g
10月15日 (火)	海老フライとアスパラフリッターチリマヨ 回鍋肉 焼き魚 スパゲティペペロンチーノ 明太子と大根の和え物	488 Kcal 蛋白 24.1 g 脂質 30.3 g 塩分 3.8 g



***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

10月1日~4日共通のお弁当

<p>*オリジナル 回鍋肉重 (813Kcal)</p>	<p>オリ そば 落花生 えび かに</p>
<p>*中華めん 湯かけチャーシュー麺セット (620Kcal)</p>	<p>中華 そば 落花生 えび かに</p>
<p>*そば 湯かけ天ぷらそばセット (672Kcal)</p>	<p>うどん そば そば 落花生 えび かに</p>

10月7日~11日共通のお弁当

<p>*オリジナル 牛タンカレーピザ添え (993kcal)</p>	<p>オリ そば 落花生 えび かに</p>
<p>*中華めん 湯かけタン麺セット (650Kcal)</p>	<p>中華 そば 落花生 えび かに</p>
<p>*うどん 湯かけ牛しぐれ煮うどんセット (640kcal)</p>	<p>うどん そば そば 落花生 えび かに</p>

10月15日共通のお弁当

<p>*オリジナル 海老フライ玉子とし重 (812kcal)</p>	<p>オリ そば 落花生 えび かに</p>
<p>*中華めん 湯かけ味玉ラー麺セット (636Kcal)</p>	<p>中華 そば 落花生 えび かに</p>
<p>*そば 湯かけ豚天そばセット (654kcal)</p>	<p>うどん そば そば 落花生 えび かに</p>