

# 献立表

12月前半(12月2日~13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。お問い合わせは、お申し込みの上、お電話にてお問い合わせください。

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
12月2日 (月)	豚ヒしかつ 豆乳で造ったさつま揚げと筍含め煮 海老のカレー煮 生野菜 菜の花辛子和え	<b>383 Kcal</b> 蛋白 24.6g 脂質 18.9g 塩分 3.5g	12月9日 (月)	油淋鶏 シーフードのチーズソース焼き 牛肉と大根のこっ照り煮 レーズン入り華風サラダ 鮭フレークと白菜の中華和え	<b>534 Kcal</b> 蛋白 28.4g 脂質 33.4g 塩分 3.9g
12月3日 (火)	国産チキンのメンチかつ 秋刀魚の蒲焼風はじかみ 黒米と海老のセロリ入りマリネ 生野菜 ねぼろ七種野菜	<b>402 Kcal</b> 蛋白 17.5g 脂質 22.4g 塩分 2.5g	12月10日 (火)	牛肉とアスパラのガーリックバター炒め 真鯛竜田揚げ紅葉おろし 砂肝の南蛮漬け 生野菜 とろろ芋	<b>438 Kcal</b> 蛋白 21.3g 脂質 26.9g 塩分 3.1g
12月4日 (水)	海老かつタルタルソース 豚肉とアスパラのガーリックバター炒め ミニ棒バーグテミ味噌 生野菜 タコとコーンのオリーブオイル和え	<b>514 Kcal</b> 蛋白 22.6g 脂質 33.9g 塩分 3.9g	12月11日 (水)	ポークソテーピリ辛ソース 海老千り 魚の唐揚げ梅肉おろし 生野菜 青菜のお浸し	<b>372 Kcal</b> 蛋白 23.3g 脂質 19.1g 塩分 3.3g
12月5日 (木)	牛肉とニンニクの芽のピリ辛炒め トマトカレーフライ 麻婆茄子 中華麺サラダ ライチゼリー	<b>513 Kcal</b> 蛋白 14.5g 脂質 29.6g 塩分 3.6g	12月12日 (木)	鶏肉唐揚げ南蛮風 海老とアスパラの中華炒め 豚もつと大根のピリ辛味噌煮 華風サラダ 五目含め煮	<b>485 Kcal</b> 蛋白 23.6g 脂質 29.5g 塩分 3.8g
12月6日 (金)	豚肉と玉子と筍のチリソース 芽キャベツと海老コチュマヨ 白身魚の唐揚げ こがしニンニク添え野菜サラダ 青菜のわさび和え	<b>402 Kcal</b> 蛋白 23.7g 脂質 21.5g 塩分 3.3g	12月13日 (金)	牛すじ肉の和風カレー煮 海老かつ 豚肉と芽キャベツのホワイトソース ピスタチオとバジルのペンネ ほたるいかの辛子酢味噌	<b>591 Kcal</b> 蛋白 31.2g 脂質 33.4g 塩分 3.6g

12月2日~6日共通のお弁当

\*オリジナル  
海老かつタルタル重  
(890Kcal)



オリ  
そば  
落花生  
えび  
かに

\*中華めん  
湯かけ五目あんかけ麺セット  
(666Kcal)



中華  
そば  
落花生  
えび  
かに

\*うどん  
湯かけ鶏照り煮うどんセット  
(642Kcal)



うどん  
そば  
そば  
落花生  
えび  
かに

12月9日~13日共通のお弁当

\*オリジナル  
牛すじこっ照り煮重  
(768Kcal)



オリ  
そば  
落花生  
えび  
かに

\*中華めん  
湯かけチャーシュー麺セット  
(617Kcal)



中華  
そば  
落花生  
えび  
かに

\*そば  
湯かけ海老入りかき揚げそばセット  
(620Kcal)



うどん  
そば  
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いません。電子レンジのご使用はご遠慮ください

