





	(±)	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
1日	並	169	16. 3	5. 7	11.9	2. 4
	小盛	166	16.0	5. 7	11. 3	2. 0

さば塩焼き

竹輪煮

					1 1 110 ///
毎度、弊社の弁当をこ	大根、ふ、人参煮				
【月】 熱量 蛋白質 脂質 糖質 塩	(火) 熱量 蛋白質 脂質 糖質 塩分	【水】 熱量 蛋白質 脂質 糖質 塩分	【木】 熱量 蛋白質 脂質 糖質 塩分	【金】 熱量 蛋白質 脂質 糖質 塩分	
3日 文化の日	並 225 13.7 10.9 19.3 1.8 小盛 220 13.6 10.8 18.3 1.3	が 318 15.3 22.1 13.5 1.7 小盛 315 15.1 22.1 12.9 1.3	並 268 14.2 11.7 26.4 2.3 小盛 266 14.0 11.7 25.8 1.9	7日 並 724 33.0 19.6 98.6 3.4	8日 休業日
文化の日	ます塩焼き	豚香草焼き	赤魚照焼き		000
	かにクリームコロッケ	カレーコロッケ	ハムカツ		
/ 199	ひじき寄せ煮	鶏と野菜中華和え	肉大根		
10日 並 312 15.1 18.1 23.2 2. 小盛 221 13.4 12.0 15.4 1.	— 118 —	12日 並 283 10.1 16.5 24.4 2.3 小盛 259 8.7 15.1 22.6 1.7	13日 並 244 14.2 10.2 22.4 2.4 小盛 241 14.1 10.2 21.9 2.0	14日 並 668 25.8 19.1 92.3 3.88	15日 並 251 15.9 12.9 16.9 2.5 小盛 247 15.7 12.6 16.4 2.0
ほっけ塩焼き	鶏照焼き	とんかつ 徳葉 配達日	ほき天揚げ煮		ぶり山賊焼き
春巻き	オーシャンスティックフライ	大根寄せ煮	厚焼き卵		もち米肉団子
厚揚げ黒こん煮	挽肉と春雨炒め物	ピーマン突きこん金平	もやしピリ辛炒め	***	大根と鶏の煮込み
17日 並 302 12.9 17.0 23.1 2. 小盛 296 12.6 16.9 22.0 2.	9 並 336 14.8 18.8 25.8 2.4 5 小磁 332 14.5 18.7 25.1 2.0	19日 並 286 13.6 13.4 27.4 2.2 小盛 274 13.4 12.8 25.8 1.8	並 292 16.0 15.2 22.0 2.2 小盛 283 15.8 14.8 21.1 1.8	21日 並 565 18.5 7.2 103.3 2.34	22日 休業日
ハンバーグケチャップソース	豚ソース天	アジフライ 惣菜 配達日	さわら南部焼き		***
うずら串フライ	小籠包	ミニかに玉	エビカツ		- A
大根、ふ、人参煮	ジャージャン豆腐	五目うま煮	がめ煮高野	P I	
24日 振管休日	25日 並 346 12.1 19.9 31.4 2.3 小盛 343 11.8 19.9 30.7 1.8	並 258 13.3 16.4 12.2 2.0 小盛 247 12.8 16.3 10.2 1.5	並 277 15.1 13.2 25.0 2.2 小盛 272 14.9 13.1 24.0 1.8	28日 並 616 19.8 12.2 102.9 2.85	並 222 14.5 6.8 26.2 2.2 小盛 220 14.4 6.8 25.7 1.7
×	メンチカツ	鶏唐揚げ 惣菜 配達日	たら天香り野菜		かれい蒸クリームあん
	京風卵	もやしサラダ	ミニ上野シューマイ		ジャンボシューマイ
D. C.	ひじき豆煮	蓮根金平	高野豆腐寄せ煮		芋スープ煮

ご飯のカロリーは 並盛(230g)386kcal 小盛(170g)286kcalです。

(株)ゆのたに 調理センター

※献立は仕入れ等の都合により変更することがございます。

本 025-792-1366 Fax 025-795-6088 ※ご注文のキャンセルは当日朝9時締切です。