

月	火	水	木	金
	1  <ul style="list-style-type: none"> ○白ごはん ○さほのみそ煮 	2  <ul style="list-style-type: none"> ○おかかごはん ○ちゅうか旨煮 ○カレーとぼろ 	3  <ul style="list-style-type: none"> ○ごま塩ごはん ○ホイコーロー 	4  <ul style="list-style-type: none"> ○玉子ふいかけご飯 ○チーズハンバーグ ○コールスローサラダ
7  <ul style="list-style-type: none"> ○わかめふいかけごはん ○アツ生姜煮 	8  <ul style="list-style-type: none"> ○瀬戸風味ごはん ○エビフライ ○焼きとぼ 	9  <ul style="list-style-type: none"> ○チーズサンド ○ミニ中華おしパン ○チキンカツ 	10  <ul style="list-style-type: none"> ○白ごはん ○マーボー豆腐 ○金平ごぼろ 	11  <ul style="list-style-type: none"> ○ひじきごはん ○コーシコロケ
14 <ul style="list-style-type: none"> ○白ごはん ○すき焼き風 ○あおなソテー 	15  <ul style="list-style-type: none"> ○さけひじきごはん ○鶏肉から揚げ 	16  <ul style="list-style-type: none"> ○のりごはん ○カレーの煮つけ 	17 <ul style="list-style-type: none"> ○白ごはん ○ポークカレー ○野菜つくね 	18 <ul style="list-style-type: none"> ○ゆかりごはん ○チキンピカタ ○アスパラソテー
21  <ul style="list-style-type: none"> ○さけごはん ○ハンバーグ 	22 <ul style="list-style-type: none"> ○こんぶごはん ○赤魚西京焼き ○カレー切り干し大根 	23  <ul style="list-style-type: none"> ○白ごはん ○チンジャオロース 	24  <ul style="list-style-type: none"> ○ウインナードック ○サーモンマヨカツ 	25 <ul style="list-style-type: none"> ○おかかごはん ○とじからネギたれ ○フロッキーサラダ
28 <ul style="list-style-type: none"> ○かおりごはん ○豚と厚揚げのみそ炒め ○カニカマ天ぷら 	29  <ul style="list-style-type: none"> ○ごま塩ごはん ○タンチカツ 	30 <ul style="list-style-type: none"> ○白ごはん ○すぶた風 ○水ぎょうざ 	<ul style="list-style-type: none"> ・仕入材料の都合による献立の変更はご了承ください。 ・魚の骨は取り除いてありますが、気をつけてお召し上がりください。 ・弊社のお弁当は保存料を使用していないので、当日のPM2時までに召し上がりください。 	
エネルギー444kcal たんぱく質14.8g	エネルギー443kcal たんぱく質15.0g	エネルギー397kcal たんぱく質9.2g	エネルギー403kcal たんぱく質10.5g	
エネルギー433kcal たんぱく質17.5g	エネルギー379kcal たんぱく質9.9g	エネルギー435kcal たんぱく質16.2g	エネルギー385kcal たんぱく質9.9g	
エネルギー403kcal たんぱく質12.5g	エネルギー423kcal たんぱく質12.0g	エネルギー438kcal たんぱく質15.4g	エネルギー413kcal たんぱく質10.1g	
エネルギー417kcal たんぱく質11.4g	エネルギー380kcal たんぱく質16.4g	エネルギー437kcal たんぱく質12.3g	エネルギー440kcal たんぱく質18.9g	
エネルギー390kcal たんぱく質12.4g	エネルギー430kcal たんぱく質10.6g	エネルギー432kcal たんぱく質11.2g		