

※魚は骨取りですがまれに骨があることがあります。ご注意ください。

日	曜日	献立名/アレルギー	卵	乳	小麦	えび	かに	そば	落花生	くるみ	栄養価	
											エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)
25	火	しろごはん しろみフライ チーズポテト わかめしょうがあげ とまとさつま りんご	●	●	●						693	19.0
26	水	しろごはん ヤンニョムチキン ナポリタン ポテトサラダ れんこん天ぷら とうにゅうゼリー	●	●	●						743	23.2
27	木	たまごサンド アップルパイ かぼちゃコロッケ シュウマイ ブロッコリー ももかん	●	●	●						729	17.7
28	金	ちゃめし にくじゃが カレーきりぼしだいこん イカフライ きざみたくあん パインかん  りんご			●						736	24.5
31	月	わかめごはん とうふハンバーグ つけあわせやさい コーンソテー えびしゅうまい えだまめ オレンジ	●		●	●	●				712	25.6

※● アレルゲンを含みます