



月	火	水	木	金	土
9月29日	9月30日	10月1日	2	3	4
栗ご飯(ゴマ塩付き) 天ぷら:野菜かき揚げ 焼魚:赤魚塩焼き 豚肉とキャベツの味噌炒め	豚肉生姜焼き玉子添え パリパリ春巻き ソース焼きそば 春雨サラダ	チキングリルチミチュリソース 特選アジフライ 八宝菜 カリフラワーサラダ	静岡産豚メンチカツ ミートオムレツ 挽肉と焼豆腐のマーボ風 金平ごぼう	ザンガラソースハンバーグ イカの彩り野菜カツ ペイザンヌポテトサラダ 切干大根と油揚げの煮付	黒毛和牛メンチカツ かに玉 枝豆シュウマイ サラダ
384.4Kcal 16.9g 2.7g	381.1Kcal 14.9g 2.8g	391.7Kcal 12.4g 2.7g	383.1Kcal 16.9g 2.8g	388.7Kcal 12.4g 2.7g	398.7Kcal 12.4g 2.7g
6	7	8	9	10	11
ヒレカツ&エビフライ 焼魚:ホッケ塩焼き 筑前煮 わかめとカニカマの酢物	鶏肉の唐揚げ(甘酢あん) サバの塩焼き サツマイモペンネサラダ 刻み昆布とハスの甘煮	のり弁 特選海老カツ プレーンオムレツ 春雨サラダ(コールスロー)	本ロース豚カツ チキンカレー 赤魚の塩焼き イタリアンサラダ	ダブルポークソテー カボチャコロケ もやしと青梗菜のナムル いんげんの胡麻和え	特選ヒレカツ オムレツ トウモロコシ香り揚げ 金平ごぼう
397.7Kcal 17.6g 2.9g	391.7Kcal 12.6g 2.1g	381.7Kcal 14.6g 3.9g	392.2Kcal 19.5g 3.1g	391.9Kcal 14.9g 2.1g	378.1Kcal 15.1g 2.3g
13	14	15	16	17	18
スポーツの日	ストロガノフ風ハンバーグ 特選熟成サーモンフライ クリーミービスクパスタ ひじきと油揚げの煮付	自家製肉天(磯部風味) ほうれん草平焼き ペンネアラビアータ 大根と挽肉のキムチ煮	山菜炊き込み御飯 天ぷら:野菜かき揚げ 銀サワラ照り焼き 肉じゃが	豚肉の冷しゃぶ(ゴマダレ) 牛肉コロケ メバル照り焼き 切干大根と人参の甘煮	チキンチャトーラ ホタテ風味カツ 塩焼きそば サラダ
	393.3Kcal 14.5g 3.2g	380.8Kcal 18.6g 3.9g	389.3Kcal 17.4g 3.3g	380.3Kcal 18.1g 3.9g	397.7Kcal 20.5g 3.2g
20	21	22	23	24	25
チキングリルハニーマスタード 天津甘栗コロケ チンジャオロース 春雨サラダ	すき焼き風煮付盛合せ サバの照り焼き 竹輪磯部揚げ もやしのコチュジャン炒め	ハッシュドポーク 特選チキンカツ プレーンオムレツ 赤ドレフレンチサラダ	照り焼きソースハンバーグ 特選マグロカツ ジャーチン豆腐(家常豆腐) チョレギドレッシングサラダ	アッサルマンティエ(グラタン) 特選ハムカツ タラコソースパスタ ひじきと筍の甘辛煮	豚カツ サバ味噌煮 トマトソース春巻き サラダ
371.1Kcal 14.9g 2.8g	386.9Kcal 17.3g 4.1g	399.7Kcal 19.1g 3.1g	388.1Kcal 15.9g 2.8g	386.7Kcal 17.4g 3.3g	381.3Kcal 12.5g 3.1g
27	28	29	30	31	
京五目炊き込み御飯 カボチャコロケ 焼魚:汐マス もやしと小松菜のナムル	ダブルポークソテー きたあかりコロケ 肉野菜炒め わかめと竹輪の酢物	鶏肉ののろみ照焼き パリパリ春巻き&しゅうまい ソース焼きそば マロニーサラダ	自家製あごだし肉天 銀サワラ味醂漬け焼き ミートソースパスタ 牛蒡天	ガパオ・もやし小松菜添え 特選メンチカツ ミニチーズオムレツ ゼンマイと油揚げの甘煮	...
385.1Kcal 20.1g 3.9g	390.3Kcal 14.5g 3.2g	390.8Kcal 17.6g 2.9g	386.3Kcal 17.4g 3.3g	381.7Kcal 19.2g 3.7g	

○ご注文はA.M 9:30
までにご利用致します。

○副食(おかず)の
容器は電子レンジで
使用しないで下さい。

○食品衛生上、
P.M 1:00までに
お召し上がり下さい。

○弁当箱を灰皿として
使用しないで下さい。

○仕入の都合上、一部
変更になることが
ございます。

○弁当箱は当日返却で
お願いします。翌日以降
になる場合は、軽く
洗って下さいませ様
お願い致します。

★カロリーを表示
してありますが、お
かずのみのカロリー
です。ライスのカロ
リーは350Kcal
(普通ライス)です。