

普通食 献立予定表

◎現在お届けのお米は「栃木県産なすひかり」を使用しています。

	1月12日	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日
	月	火	水	木	金	土
昼食	タンドリーチキン 海鮮えび入りカツ キャベツ ひじきの炒り煮 マーボー大根 ほうれん草のごま和え 佃煮 漬物 御飯	鯖の塩焼き メンチカツ キャベツ スパゲティーナポリタン れんこん金平 酢の物 佃煮 漬物 御飯	豚ロースしょうが焼き コーンフライ キャベツ 野菜炒め 若竹煮 ブリの塩焼き 佃煮 漬物 御飯	あじの塩焼き うずら卵ウインナー串フライ ニラまんじゅう キャベツ マカロニサラダ もやしと豚肉のカー炒め ごぼう入りさつま揚げ 佃煮 漬物 御飯	ます西京漬け しいたけフライ 野菜春巻 キャベツ 春雨と野菜の炒め物 大根と鶏肉の煮込み おくらのおかか和え 佃煮 漬物 御飯	肉豆腐 いか寄せフライ キャベツとアサリの炒め物 切干大根のごまマヨナダ チヂミ 佃煮 漬物 御飯
	エネルギー 672kcal 蛋白質 22.5g 脂質 16.3g 食塩 2.5g	エネルギー 804kcal 蛋白質 32.6g 脂質 24.1g 食塩 2.7g	エネルギー 820kcal 蛋白質 28.8g 脂質 33.2g 食塩 2.6g	エネルギー 692kcal 蛋白質 26.4g 脂質 21.5g 食塩 3.1g	エネルギー 738kcal 蛋白質 31.3g 脂質 20.6g 食塩 3.1g	エネルギー 662kcal 蛋白質 23.6g 脂質 20.5g 食塩 2.8g
	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日
	月	火	水	木	金	土
昼食	ハンバーグ照焼ソース サーモンタルタルカツ キャベツ ビーフンソテー 五目金平 ブロッコリーのごま和え 佃煮 漬物 御飯	メバルの塩焼き チキンカツ キャベツ もやしとにらの炒め物 じゃが芋のバター醤油炒め カフラワーとカニのサラダ 佃煮 漬物 御飯	八宝菜 フランクフルトの磯辺揚げ ペンネサラダ ほっけの塩焼き 五目豆 佃煮 漬物 御飯	白身魚のフリッター 葱ソースかけ グリルチキンステーキ キャベツ 焼きそば レンコンとツナのサラダ 小松菜のナンプラー炒め 佃煮 漬物 御飯	とんかつ 鯖の味噌焼き キャベツ 野菜と豚肉の炒め物 春雨の中華和え お魚がんもの煮付け 佃煮 漬物 御飯	チンジャオロース 野菜イカメンチカツ キャベツ 白菜と豆腐のうま煮 大根とザーサイの和え物 オムレツ 佃煮 漬物 御飯
	エネルギー 808kcal 蛋白質 30g 脂質 25.9g 食塩 3.8g	エネルギー 700kcal 蛋白質 29.7g 脂質 20.4g 食塩 2.3g	エネルギー 718kcal 蛋白質 29.7g 脂質 24.8g 食塩 2.3g	エネルギー 682kcal 蛋白質 26.2g 脂質 21.1g 食塩 2g	エネルギー 768kcal 蛋白質 29.9g 脂質 29.7g 食塩 2.6g	エネルギー 695kcal 蛋白質 24.5g 脂質 23.2g 食塩 2.7g

☆お願い☆

- 食品添加物を使用しない、からだにやさしい調理を行っています。
品質保証の為、昼食は13時までにお召し上がりください。
- 仕入れの都合上、献立と異なる場合はご了承ください。

◇ご注意◇

工場内では「卵・乳・小麦・落花生・くるみ・そば・えび・かに」のアレルギー物質を含む食品を使用し調理しています。



ホームページはこちらから
ご覧ください



普通食の献立表はこちら

秦野給食センター協同組合

TEL:0463-81-2316

FAX:0463-81-2317