

特食 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 | 厚焼玉子 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 | 牛肉とチンゲン菜の オイスターソース炒め 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 | 焼きギョウザ 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 | 若鶏の八幡巻 あじの塩焼き うずら卵ワイン串フライ 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 | 豚ロースかば焼き風 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 | 焼魚 肉豆腐 いか寄せフライ キャベツとアサリの炒め物 切干大根のごまマサラダ チヂミ 佃煮 漬物 御飯 |
| | エネルギー 771kcal 蛋白質 28.7g 脂質 21.8g 食塩 3.1g | エネルギー 935kcal 蛋白質 41.3g 脂質 33g 食塩 3.2g | エネルギー 900kcal 蛋白質 32g 脂質 36.6g 食塩 3.1g | エネルギー 792kcal 蛋白質 33.4g 脂質 27.1g 食塩 3.5g | エネルギー 872kcal 蛋白質 37.4g 脂質 31.4g 食塩 3.5g | エネルギー 731kcal 蛋白質 32.7g 脂質 23.7g 食塩 3.4g |
| | 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 | 目玉焼き 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 | 五目さつま揚げ 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 カリフラワーとカニカマのサラダ 佃煮 漬物 御飯 | 甘酢かに玉 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 | 豚ロース焼肉味 白身魚のフリッター 葱ソースがけ グリルチキンステーキ キャベツ 焼きそば レモンとササのサラダ 小松菜のナンプラー炒め 佃煮 漬物 御飯 | 茶わんむし 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 | チキンステーキ 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 912kcal 蛋白質 36.8g 脂質 33.6g 食塩 4.1g | エネルギー 773kcal 蛋白質 35.2g 脂質 25g 食塩 3.3g | エネルギー 773kcal 蛋白質 32.6g 脂質 26.8g 食塩 3g | エネルギー 821kcal 蛋白質 32.6g 脂質 32.5g 食塩 2.4g | エネルギー 799kcal 蛋白質 32.1g 脂質 31.3g 食塩 3.1g | エネルギー 805kcal 蛋白質 31.9g 脂質 31.2g 食塩 3.1g |

☆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



特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