

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。

	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日
	月	火	水	木	金	土
昼食	赤魚の塩焼き ビーフシチューコロケ 粗挽きウインナー キャベツ なすのトマト煮 小松菜と油揚げの煮浸し カリフラワーとポテトのツマヨサラダ 佃煮 漬物 御飯	豚ロース味噌焼き さんまの磯辺天ぷら キャベツ キャベツとソーセージの甘酢炒め 切干大根の煮付け ポテトサラダ 佃煮 漬物 御飯	ほっけの塩焼き チーズソース入りメンチカツ キャベツ あさりの和風スパゲティ さつま芋のレモン煮 オクラの胡麻和え 佃煮 漬物 御飯	鶏肉の照り焼き ハッシュドポテト キャベツ チンゲン菜と桜エビのビーフン さつま揚げと根菜の炒り煮 大根の酢の物 佃煮 漬物 御飯	たらこの照り焼き すき焼き風コロケ キャベツ もやしとハムの炒め物 五目金平 インゲンとツナのサラダ 佃煮 漬物 御飯	ビーフシチュー 野菜春巻 大根の炒めナムル キャベツと竹輪の味噌マヨ和え オムレツ 佃煮 漬物 御飯
	エネルギー 679kcal 蛋白質 25g 脂質 19.1g 食塩 2.9g	エネルギー 836kcal 蛋白質 27.6g 脂質 31.8g 食塩 2.1g	エネルギー 721kcal 蛋白質 31.3g 脂質 16g 食塩 2.2g	エネルギー 830kcal 蛋白質 23.5g 脂質 32.1g 食塩 3.2g	エネルギー 690kcal 蛋白質 24.9g 脂質 18.2g 食塩 4g	エネルギー 792kcal 蛋白質 22.4g 脂質 31.3g 食塩 3.3g
	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日
	月	火	水	木	金	土
昼食	とんかつ 鯖のみりん干し キャベツ スパゲティナポリタン 切干大根のごまマヨサラダ ごぼう入りさつま揚げ 佃煮 漬物 御飯	ハンバーグのデミソースかけ いかとすり身の磯辺揚げ キャベツ 野菜炒め 大根のそぼろ煮 酢の物 佃煮 漬物 御飯	鶏肉の和風唐揚げ さんまの塩焼き キャベツ 肉じゃが インコンとツナのサラダ ほうれん草とコーンのソテー 佃煮 漬物 御飯	天ぷら 天つゆ ハムステーキ マカロニサラダ 高野豆腐とふきの煮物 キャベツとゆの炒め物 佃煮 漬物 御飯	鯖の味噌煮 ササミフライ キャベツ 焼きそば ブロッコリーとアサリのソテー 厚焼玉子 佃煮 漬物 御飯	コーンフライ なすのドライカレー キャベツ チンポソ風野菜炒め 筍の土佐煮 海鮮チヂミ 佃煮 漬物 御飯
	エネルギー 756kcal 蛋白質 26.5g 脂質 29g 食塩 2.8g	エネルギー 749kcal 蛋白質 28.2g 脂質 23.5g 食塩 3.6g	エネルギー 864kcal 蛋白質 34.1g 脂質 35.4g 食塩 2.3g	エネルギー 712kcal 蛋白質 26.5g 脂質 21.8g 食塩 2.7g	エネルギー 671kcal 蛋白質 24.4g 脂質 14.3g 食塩 2.9g	エネルギー 670kcal 蛋白質 19.6g 脂質 18.2g 食塩 2.1g

☆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



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