

# 12がつのきゅうしよく



今月の平均

エネルギー: 454kcal

たんぱく質: 12.0g

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
<p><b>2 おほしさまコロッケ</b></p> <p>フィッシュソーセージステーキ あおないりやさいソテー ミートボール ベビーパン</p> <p>478 12.7</p>	<p><b>3 ぶたどん</b></p> <p>たまごやき もやしいため かぼちゃあまからに ぶどうゼリー</p> <p>414 13.2</p>	<p><b>4 カツカレー</b></p> <p>カリフラワーサラダ フルーツ</p> <p>447 9.4</p>	<p><b>5 オムライス</b></p> <p>プチメンチカツ マカロニクリームあえ ひとくちチーズ おやさいゼリー</p> <p>479 14.1</p>	<p><b>6 わかめごはん</b></p> <p>エビフライ とうふハンバーグ コーンソテー ほしポテ・フルーツ</p> <p>454 11.4</p>
<p><b>9 やきにくランチ</b></p> <p>ミニオムレツ ナムル チーズ</p> <p>478 16.1</p>	<p><b>10 フレッドランチ</b> (コロッケサンド・ミニクワッサン)</p> <p>ミニフランク にくだんご・フレンチサラダ あんにんフルーツ</p> <p>453 11.9</p>	<p><b>11 やきそばランチ</b></p> <p>プチクリーミコロッケ やきもちこしくん うずまきポテト メープルパンケーキ</p> <p>468 8.5</p>	<p><b>12 パンダのいべん</b></p> <p>とりのてりやき ギョーザてんぷら ちくぜんに・ちーまる ミニゼリー</p> <p>422 14</p>	<p><b>13 そぼろごはん</b></p> <p>ちゅうかふうやさしいため (うずらのたまごいり) えびふうみシュウマイ スマイルポテ・りんごゼリー</p> <p>460 9.4</p>
<p><b>16 クリスマスランチ</b></p> <p>もみのきハンバーグ クリームシチュー チキンナゲット メープルプチケーキ</p> <p>510 14.4</p>	<p><b>17 おにぎり&amp;いなり</b></p> <p>ちくわのてんぷら あつやきたまご ポテトサラダ フルーツ</p> <p>416 7.8</p>	<p><b>18 おさかなてりやき</b></p> <p>ほたてふうみフライ やきうどん ごぼうサラダ ミニゼリー</p> <p>442 12.6</p>	<p><b>19 ささみいそベカッ</b></p> <p>にくじゃが にたまご マカロニサラダ ピーチゼリー</p> <p>484 11.2</p>	<p><b>20 おやこに</b></p> <p>イカリングフライ かいそうサラダ ちゅうかポテト</p> <p>408 13.8</p>

仕入れの都合によりメニューが変更になる場合がございます

マルナカフーズ(株)



