



1 がつ の きゅうしょく



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>明けまして おめでとうございます 本年もお子様の健 やかな成長と健康 を第一に美味しく 安心安全なお弁当 づくりに努めてま いりますので、ど うぞ宜しく願い 申し上げます。</p>	<p>7 ごもくごはん とりのしおこうじやき ちくわてん・はなしんじょう ちゃんぽんふうやきそば コーンソテー</p> <p>425 14.8</p>	<p>8 ポークカレー (うずらのたまごいり) メンチカツ マカロニサラダ みかんゼリー</p> <p>515 15.5</p>	<p>9 おほしさまコロッケ フィッシュソーセージステーキ あおなソテー にくだんご フルーツ</p> <p>455 11.9</p>	<p>10 おやこに ソフトイカリングフライ かいそうサラダ だいがくいも</p> <p>408 13.8</p>
<p>13 せいじんのひ</p>	<p>14 おむすびランチ とりのからあげ だいこんサラダ がんもに おやさいゼリー</p> <p>503 13.3</p>	<p>15 やきそばランチ ミニやさいコロッケ たまごやき コーンサラダ ミニワッフル</p> <p>422 11.3</p>	<p>16 のりべん てりやきハンバーグ にんじんグラッセ ナポリタン・フルーツ おさつスナックフライ</p> <p>428 9.1</p>	<p>17 ソースとんかつ やさいソテー スクランブルエッグ ハッシュドポテト ミニゼリー</p> <p>494 12.3</p>
<p>20 シャけごはん エビフライ ちゅうかふうやさいいため ひとくちハムステーキ ほしポテ・ベビーパン</p> <p>470 10.1</p>	<p>21 にくだんごすぶたふう あげしゅうまい アンパンマンふりかけ ちゅうかポテト フルーツ</p> <p>445 9.5</p>	<p>22 オムライス プチクリームコロッケ ようふうにくじやが カリフラワーサラダ ピーチゼリー</p> <p>449 8.3</p>	<p>23 フレッドランチ (ツナサンド・クリームパン) チキンソテー ハッシュドポテト ゆでたまご</p> <p>470 13.9</p>	<p>24 クリームシチュー ミニハムカツ わふうツナサラダ フルーツ</p> <p>470 10.6</p>
<p>27 スタミナため もやしのナムル ワッフルポテト キャンディチーズ</p> <p>526 13.4</p>	<p>28 わかめごはん とうふバーグ あげギョーザ ツイストマカロニサラダ かぼちゃあまからに・プチケーキ</p> <p>499 11.9</p>	<p>29 とりのたつたあげ ウインナーソテー ちくぜんに いんげんごまあえ りんごゼリー</p> <p>454 12.8</p>	<p>30 フレッドランチ (コロッケサンド・ミニクワッサン) えびグラタン シルバーサラダ</p> <p>566 10.9</p>	<p>31 かにたまスクランブル はるまき えびシュウマイ スマイルポテト あんにんフルーツ</p> <p>450 10.9</p>

※ 仕入の都合により写真とメニューが変更になる場合がございます。

<今月の平均>

エネルギー : 469kcal
たんぱく質 : 11.9g

マルナカフーズ(株)