

7がつのきゅうしよく



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
2 エビフライ ミニバーグ うずまきポテト あおないりソテー フルーツ アンパンマンふりかけ 	3 わかめごはん おさかなてりやき ちくわカレーフリッター きりぼしふうにもの キャンディチーズ 	4 チャーハン パリッとえびクランキー ちゅうかふういため ウイナーソテー ベビーパイン 	5 こくひじきごはん ポークソテー あげギョーザ はるさめソテー かいそうサラダ ミニゼリー 	6 たなぼたバーグ ドライカレーソテー★ プチクリームコロッケ だいがくいも おほしさまこんぺいとう★ 
エネルギー・たんぱくしつ 492 12.4	458 14.3	428 9.7	463 14.2	507 10.8
9 チキンライス ハートコロッケ デミグラにくだんご マカロニグラタン キャベツとツナのサラダ 	10 おむすびランチ とりからあげ もやしいため はなしんじょう・ほしポテ フルーツ 	11 チキンソテー ちぐさたまごやき はるさめサラダ おさつスナックフライ ぶるりんゼリー 	12 フレッドランチ (たまごサンド・アップルデニッシュ) フィッシュソーセージ ジャーマンポテト すりおろしゼリー 	13 ベジタブル カレーライス (ゆでたまごいり) ささみそべフライ ねじりマカロニサラダ ひとくちチーズ 
502 13.9	549 14.3	467 12.5	481 12.4	530 17.8
	17 やきそばランチ チキンカツ ぶちまる しおゆでえだまめ ミニパン やきそばやカツを パンにはさんでも おいしいよ！ 	18 やきにくランチ イカドーナツフライ ナムル とうもろこし 	19 ちびっこメンチカツ オムレツ カレーふうみソテー いんげんごまあえ あんにんフルーツ 	【今月の平均】 エネルギー:481kcal たんぱくしつ:13.3g 
	447 16	508 13.1	421 11.6	

※ 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。

