

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび					
 <h1>11がつの きゅうしょく</h1> 			<p>今月の平均</p> <p>エネルギー・ 465 kcal たんぱく質・ 12.7 g</p> 	<p>1 ポークいため ちくわいそべてん チーズ たまごやき</p> 					
			エネルギー	たんぱく質	512	12.5			
<p>4</p> <p>ぶんかのひ (ふりかえきゅうじつ)</p> 	<p>5 ビーフシチュー ウインナー プチシュー やさいコロッケ</p> 	<p>6 いなり・おにぎり イカバーグ(タルタルソース) にくだんご・ゼリー はるさめいため</p> 	<p>7 ブレッドランチ (ツナサンド・クリームパン) フランクフルト・からあげ あおなソテー・マンゴーゼリー</p> 	<p>8 テリやきハンバーグ スクランブルエッグ だいこんのいために あげぎょうざ・フルーツ</p> 					
	499	12.8	479	13.6	493	11.5	512	13.7	
<p>11 わかめごはん ポテトフライ・フルーツ クリームフライ やさしいため・カニさつま</p> 	<p>12 ハムカツ たまごふりかけ コーンしゅうまい やきそば・ゼリー</p> 	<p>13 ポークカレー ブロッコリーサラダ フルーツ ひれかつ</p> 	<p>14</p> <p>けんみんのひ</p>  <p>SAITAMA</p>	<p>15 オムレツ ポパイソテー メンチカツ・プチケーキ ナポリタン</p> 					
453	13.8	457	12.5	476	12.6		512	13.3	
<p>18 ちくぜんに ミニドック・ゼリー たまごやき にくだんご</p> 	<p>19 ハンバーグ いそりのり・わふうパスタ きりぼしだいこん マンゴーゼリー</p> 	<p>20 おやこに はなかまぼこ エビカツ・プチシュー ポテトフライ</p> 	<p>21 ブレッドランチ (タマゴサンド・チョコパン) ジャーマンポテト・フルーツ ナゲット・ウインナー</p> 	<p>22 クリームシチュー ブロッコリー コーンソテー とんかつ・やさいゼリー</p> 					
511	13.7	460	15.4	482	16.2	523	16.3	460	11.8
<p>25 ハヤシにこみ にんじんあまに パンプキンサラダ フランクフルト・プチケーキ</p> 	<p>26 チャーハン イカリングフライ がんもに・チーズ ごもくに・えびシュウマイ</p> 	<p>27 ベイクドエッグ さけふりかけ からあげ・フルーツ ポテトサラダ</p> 	<p>28 ブレッドランチ (ウインナーサンド・クロワッサン) やさしいため・ゼリー オムレツ・にくだんご</p> 	<p>29 わかめごはん だいこんサラダ・フルーツ やさいコロッケ やきそば・ウインナー</p> 					
470	12	510	15.3	506	12	517	13.1	470	10.8

仕入れの都合により写真とメニューが異なる場合があります。

マルナカフーズ(株)