



月	火	水	木	金	土
...	...	1月31日 ハンバーグステーキ 自家製白身魚フライ(ホキ) 肉野菜炒め カニカマとわかめの酢物 402.5Kcal 22.5g 3.1g	2月1日 鶏肉の照焼き チリソース春巻き 塩焼きそば 白菜のおひたし 411.6Kcal 13.9g 3.1g	2 豚肉とハンペン黄味焼き 6種彩り野菜のカレーコロッケ ペペロンチーノ ひじきとハスのうま煮 428.6Kcal 13.9g 4.2g	3 チキントマトグラタン クラムチャウダーフライ 野菜炒め 和風サラダ 421.6Kcal 13.1g 3.3g
5	6	7	8	9	10
牛しゃぶ(ポン酢) ポロニア風ハムカツ 目玉焼き コンニャクと里芋の煮付 397.1Kcal 16.7g 4.4g	豚肉のケチャップ照り焼き 揚げ出し豆腐(和風だれ) チンジャオロース キャベツの胡麻和え 415.7Kcal 28.8g 3.4g	酢豚 ホッケの塩焼き 春雨サラダ モヤシの醤油炒め 424.1Kcal 24.3g 4.7g	鶏肉の唐揚げ 焼魚: 赤魚の塩焼き ポテトサラダ 切干大根の甘辛煮 393.7Kcal 14.6g 3.9g	自家製オムレツ ランチグラタンフライ 肉野菜炒め 刻み昆布と油揚げの煮付 404.4Kcal 19.1g 3.8g	ポークピカタ とろふわポテトコロッケ 金平ゴボウ ナスの生姜和え 420.0Kcal 19.4g 3.9g
12	13	14	15	16	17
建国記念日振替	ハンバーグ(グリルソース) 白身チーズ磯部フライ バンバンジー(ゴマダレ) 五目煮 423.2Kcal 17.4g 3.6g	のり弁 焼魚: 鮭の塩焼き 菜の花とベーコン入ポテトコロッケ 回鍋肉 401.8Kcal 20.1g 3.2g	マーボ豆腐 パリパリ春巻き 塩焼きそば 目玉焼き 392.6Kcal 22.5g 2.2g	自家製ヒレカツ ビーフカレー ニシンの味噌漬焼き イタリアンサラダ 410.2Kcal 21.6g 3.1g	巣ごもり玉子 新黒ハンペンフライ チンジャオロース サラダ 393.3Kcal 14.6g 3.5g
19	20	21	22	23	24
特製豚ロースカツ ホッケの塩焼き 筑前煮 ワカメとカニカマの酢の物 427.6Kcal 18.1g 4.1g	すき焼風煮付盛合せ サバの香味焼き 天ぷら モヤシのコチュジャン炒め 404.1Kcal 20.8g 3.1g	静岡産豚肉の特製メンチカツ メバルの照焼き 牛肉と大根の甘辛煮 ボンゴレ風スパソテー 418.4Kcal 21.2g 3.3g	自家製肉団子甘酢あん プレーンオムレツ モヤシとほうれん草ナムル ゼンマイと油揚げの煮付 403.7Kcal 17.6g 3.9g	サワラの照焼き のり塩チキンカツ 白菜のソテー 鶏肉とゴボウのうま煮 384.8Kcal 19.9g 3.4g	肉天 五目玉子焼き ポテトサラダ モヤシのソテー 408.1Kcal 18.4g 3.5g
26	27	28
ハンバーグ(ディアボラ風) 駿河湾産桜海老クリームコロッケ 肉野菜炒め 切干大根の柚子胡椒サラダ 411.7Kcal 17.1g 3.1g	五目混ぜ御飯 秋刀魚の塩焼き 牛肉コロッケ 春雨サラダ(コールスロー) 396.8Kcal 19.1g 3.2g	自家製豚カツ チキンカレー 赤魚の塩焼き 刻み昆布と油揚げの煮付 409.5Kcal 26.9g 2.5g

○ご注文はA.M 9:30
までにご利用致します。

○副食(おかず)の
容器は電子レンジで
使用しないで下さい。

○食品衛生上、
P.M 1:00までに
お召し上がり下さい。

○弁当箱を灰皿として
使用しないで下さい。

○仕入の都合上、一部
変更になることが
ございます。

○弁当箱は当日返却で
お願いします。翌日以降
になる場合は、軽く
洗って下さいます様
お願い致します。

★カロリーを表示
してありますが、お
かずのみのカロリー
です。ライスのカロ
リーは420Kcal
(普通ライス)です。
半ライス280Kcal
です。