



月	火	水	木	金	土
12月31日	1月1日	2	3	4	5
冬期休暇	冬期休暇	冬期休暇	冬期休暇	本ロース豚カツ サワラの西京漬焼き マカロニサラダ ひじきとハスの煮付 402.8Kcal 12.5g 2.9g	冬期休暇
7	8	9	10	11	12
五目炊き込み御飯 特製メンチカツ 赤魚の塩焼き&厚焼き玉子 切干大根と油揚げの甘辛煮 396.1Kcal 16.7g 3.6g	鶏肉の香味焼き ランチグラタンコロッケ 豚肉とキャベツのオイスター炒め タコ生姜天とコンニャクの煮付 405.2Kcal 19.6g 3.7g	ブリのコチュジャン焼き ホタテ風味カツ 春雨サラダ(マヨネーズ) 刻み昆布と竹輪のうま煮 383.1Kcal 14.6g 3.8g	マーボ豆腐 春巻き 大根と油揚げの煮付 目玉焼き 391.1Kcal 12.5g 3.3g	自家製ヒレカツ ビーフカレー 鮭の塩焼き イタリアンサラダ 404.9Kcal 14.4g 3.7g	肉天 自家製オムレツ 野菜炒め わかめのナムル 416.7Kcal 12.6g 2.1g
14	15	16	17	18	19
成人の日	トマトデミハンバーグ イカフライ&コロッケ モヤシとほうれん草ナムル 筑前煮 405.1Kcal 20.1g 3.9g	豚肉のケチャップ照焼き 野菜コロッケ タラコスパソテー 厚揚げと結び白滝のうま煮 403.3Kcal 14.5g 3.2g	鶏肉の唐揚げ サバの照焼き 肉野菜炒め 切干大根柚子胡椒サラダ 390.8Kcal 22.6g 3.9g	挽肉入りトルティージャ 特選和牛メンチカツ 明太子春雨サラダ ひじきと油揚げの煮付 396.43Kcal 17.4g 3.3g	カボチャグラタン チキンカツ 金平ゴボウ 和風サラダ 405.7Kcal 20.5g 3.2g
21	22	23	24	25	26
特製ヒレカツ サワラの西京漬焼き ポテトサラダ モヤシの醤油炒め 401.1Kcal 20.6g 2.9g	鶏五目御飯 焼魚:メバルの照焼き 牛肉コロッケ 白菜のおひたし 393.8Kcal 20.6g 3.5g	牛肉と焼豆腐のうま煮 ホッケの塩焼き 竹輪の天ぷら2色揚げ インゲンの胡麻和え 415.4Kcal 23.1g 3.3g	自家製豚カツ チキンカレー アジの塩焼き ワカメとカニカマの酢物 427.9Kcal 24.5g 4.5g	肉団子甘酢あんかけ プレーンオムレツ ボンゴレスパソテー 刻み昆布と油揚げのうま煮 394.6Kcal 18.3g 3.6g	ポークピカタ 肉じゃがコロッケ 五目煮 中華サラダ 399.1Kcal 20.2g 3.2g
28	29	30	31	12月28日	12月29日
鶏肉の照焼き ホキの唐揚げチリソースかけ 豚肉とキャベツのみそ炒め チョレギ風サラダ 411.6Kcal 19.9g 3.8g	ディアボラ風ハンバーグ ズワイガニクリームコロッケ チンジャオロース 春雨サラダ(サウザンドレ) 414.8Kcal 13.7g 3.7g	挽肉と焼豆腐マーボ風 パリパリ春巻き 塩焼きそば ニシンの味醂焼き 399.3Kcal 21.4g 3.4g	特製チキンカツ サバの照焼き バンバンジー(ゴマダレ) 大根と豚肉にうま煮 401.8Kcal 19.5g 3.3g	チキンの照焼き 野菜コロッケ 水ギョーザ(ポン酢) モヤシの醤油炒め 404.7Kcal 18.6g 2.1g	冬期休暇

○ご注文はA.M 9:30
までをお願い致します。

○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
洗って下さいませ様
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。