



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|--|--|
| 11月2日 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 静岡県産豚肉メンチカツ 焼魚:黒ムツの照焼き ジェノベーゼパスタ ひじきと大豆のうま煮 381.8Kcal 19.5g 3.3g | 文化の日 | 豚肉のケチャップ照焼き 野菜コロッケ モヤシとほうれん草のナムル 刻み昆布と人参の甘辛煮 401.6Kcal 19.9g 3.8g | すき焼風煮付盛合せ サバのもろみ照焼き 天ぷら もやしのコチュジャン炒め 394.8Kcal 13.7g 3.7g | 鶏肉の唐揚げ野菜添え ペンネ・アメリカヌソース プレーンオムレツ ゼンマイと竹の子のうま煮 379.3Kcal 21.4g 3.4g | 本ロース豚カツ かに玉 エビグラタン サラダ 399.1Kcal 20.2g 3.2g |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| クリーミーブラウンハンバーグ イカフライ&コロッケ 筑前煮 ワカメとカニカマの酢物 396.1Kcal 16.7g 3.6g | 鶏肉のキヌア衣焼き 春巻き&シュウマイ 豚肉とキャベツの味噌炒め 切干大根柚子胡椒サラダ 395.2Kcal 19.6g 3.7g | 特選ヒレカツ 挽肉と焼き豆腐の麻婆風 目玉焼き インゲンの白胡麻和え 383.1Kcal 14.6g 3.8g | ビーフカレー 味わいチキンカツ 焼魚:赤魚の塩焼き フレンチサラダ 391.1Kcal 12.5g 3.3g | 自家製肉天(磯辺風味) 焼魚:アジの塩焼き モヤシと小松菜のナムル ガンモとコンニャクの甘辛煮 404.9Kcal 14.4g 3.7g | ポークピカタ カレーコロッケ シュウマイ サラダ 416.7Kcal 12.6g 2.1g |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 五目炊き込み御飯 牛肉コロッケ ホッケ塩焼き 春雨サラダ(マヨネーズ) 385.1Kcal 20.1g 3.9g | チキンカチャトーラ 六種彩野菜入カレーコロッケ 肉野菜炒め ひじきと油揚げのうま煮 403.3Kcal 14.5g 3.2g | 牛しゃぶ(焙煎ゴマダレ) ホタテ風味カツ メバルの照焼き 大根とハスのピリ辛煮 390.8Kcal 22.6g 3.9g | 肉団子甘酢あんかけ クリーミービスкупスタ オムレツ 厚揚げと里芋の甘辛煮 396.3Kcal 17.4g 3.3g | シュクメルリ風グラタン 本ロース豚カツ 切干大根と人参の煮付 玉子豆腐 405.7Kcal 20.5g 3.2g | 鶏肉玉子とじ きたあかりコロッケ 春巻き モヤシナムル 402.8Kcal 12.5g 2.9g |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 勤労感謝の日 | ザンガラソースハンバーグ サーモンフライ ジャーマンポテト 刻み昆布とコンニャクの煮付 401.1Kcal 20.6g 2.9g | チキングリル(ハニーマスタード) コーンポターージュ風コロッケ タラコスパソテー ワカメとキュウリの酢物 393.8Kcal 20.6g 3.5g | 自家製肉天(胡麻風味) 秋刀魚の塩焼き 明太子春雨サラダ モヤシの醤油炒め 395.4Kcal 23.1g 3.3g | 特製メンチカツ ポークカレー 目玉焼き イタリアンサラダ 407.9Kcal 24.5g 4.5g | チキンカツ エビグラタン ホッケ塩焼き シュウマイ 394.6Kcal 18.3g 3.6g |
| 30 | ... | ... | ... | 10月30日 | 10月31日 |
| 鶏の唐揚げシャンピニオンソース サバの塩焼き ペンネアラビアータ 切干大根とさつま揚げ甘辛煮 393.8Kcal 20.6g 3.5g | | | | 鶏の唐揚げ甘酢あん モダン平焼き(お好み焼風) キャベツと豚肉みそ炒め 切干大根の甘辛煮 394.9Kcal 14.4g 3.7g | パンプキングラタン バジルチキンカツ 五目煮 サラダ 406.7Kcal 12.6g 2.1g |

○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。