



月	火	水	木	金	土
8月2日	3	4	5	6	7
鶏の唐揚げ(黒甘酢風) ペンネ・アメリカーナソース サバの香味焼き インゲン白胡麻和え 396.1Kcal 16.7g 3.6g	タンドリーポークティッカ ベーコン粒マスタードフライ モヤシと小松菜の中華和え 切干大根と油揚げのうま煮 395.2Kcal 19.6g 3.7g	銀ヒラスのもろみ照焼き 焼肉カルビ風メンチカツ 挽肉と焼豆腐の麻婆風 ワカメとカニカマの酢物 383.1Kcal 14.6g 3.8g	チャツネ風味チキングリル 大葉香るサクサク春巻き カボチャシュウマイ 豚肉とキャベツの味噌炒め 391.1Kcal 12.5g 3.3g	特製豚玉葱串カツ ビーフカレー 赤魚の塩焼き イタリアンサラダ 404.9Kcal 14.4g 3.7g	トルティージャ ビスクグラタン ヒレカツ サラダ 405.4Kcal 13.1g 3.3g
9	10	11	12	13	14
振替休日	クリーミブラウンハンバーグ アジ大葉フライ&コロッケ 春雨サラダ(コールスロー) ひじきと大豆の甘辛煮 394.9Kcal 14.4g 3.7g	豚しゃぶ(おろしポン酢) たっぷり枝豆フライ 目玉焼き 大根とハスの煮付 406.7Kcal 12.6g 2.1g	夏季休暇	夏季休暇	夏季休暇
16	17	18	19	20	21
夏季休暇	黒毛和牛メンチカツ ホッケの塩焼き ジェノベーゼパスタ ワカメの酢物 401.6Kcal 19.9g 3.8g	自家製肉天(磯部風味) アラスカカレイの照焼き ポテトサラダ 厚揚げとコンニャクのうま煮 394.8Kcal 13.7g 3.7g	牛肉と焼豆腐のキムチ煮 三角じゃがはんぺんフライ サバの塩焼き インゲン胡麻和え 379.3Kcal 21.4g 3.4g	自家製豚カツ チキンカレー 4種のチーズオムレツ 切干大根とゴボウの煮付 399.1Kcal 20.2g 3.2g	チキンピカタ 野菜コロッケ 春巻き シュウマイ 402.8Kcal 12.5g 2.9g
23	24	25	26	27	28
カジキマグロの照焼き 牛しゃぶ(焙煎ゴマダレ) チンジャオロースフライ ゼンマイとコンニャクの煮付 385.1Kcal 20.1g 3.9g	グリル豆腐ハンバーグ チーズ入りカボチャコロッケ 明太子春雨サラダ 刻み昆布と人参の甘辛煮 403.3Kcal 14.5g 3.2g	豚肉のはちみつ照焼き 紀州産梅入ささみフライ 大根とハスのピリ辛煮 玉子豆腐 390.8Kcal 22.6g 3.9g	鶏の唐揚シャンピニオンソース プレーンオムレツ 白菜のお浸し ペペロンチーノ 396.3Kcal 17.4g 3.3g	挽肉と厚揚げの和風カレー煮 特製チキンカツ 黒メバルのもろみ照焼き モヤシとほうれん草ナムル 405.7Kcal 20.5g 3.2g	ポークビンダルー ハムカツ つくね串 中華サラダ 416.7Kcal 12.6g 2.1g
30	31	...	7月29日	7月30日	7月31日
グレービーソースハンバーグ イカフライ&コロッケ 筑前煮 切干大根柚子胡椒サラダ 395.1Kcal 20.1g 3.9g	鶏肉のキヌア衣焼き サーモンフライ ポテトサラダ ガンモとコンニャクのうま煮 403.3Kcal 14.5g 3.2g	...	自家製肉天(磯辺風味) 秋刀魚の塩焼き 豚肉とキャベツのみそ炒め 白菜とモヤシのお浸し 396.9Kcal 16.3g 3.1g	デミトマトハンバーグ 紅ズワイガニクリームコロッケ ゼンマイとゴボウの甘辛煮 春雨サラダ 405.7Kcal 20.5g 3.2g	鶏肉玉子とじ ホタテ風味カツ モヤシナムル シュウマイ 402.8Kcal 12.5g 2.9g

○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。