



月	火	水	木	金	土
11月29日	11月30日	12月1日	2	3	4
デミグラスハンバーグ イカフライ&コロッケ 明太子春雨サラダ 切干大根と油揚げのうま煮 391.6Kcal 16.9g 3.8g	牛すき焼風煮付盛合せ サバの照焼き 竹輪の磯部揚げ モヤシのコチュジャン炒め 394.8Kcal 13.7g 3.7g	鶏の唐揚チャンピオンソース 焼魚: ホッケ塩焼き モヤシと小松菜のナムル ひじきと油揚げのうま煮 391.6Kcal 16.9g 3.8g	豚肉のはちみつ照焼き きたあかりコロッケ ロールキャベツのポトフ わかめと人参の酢物 395.1Kcal 20.1g 3.9g	本ロース豚カツ チキンカレー 目玉焼き フレンチサラダ 403.3Kcal 14.5g 3.2g	ヒレカツ かに玉 春巻き サラダ 390.8Kcal 22.6g 3.9g
6	7	8	9	10	11
チキングリル(ハニーマスタード) 特選アジフライ ジェノベーゼパスタ 切干大根と油揚げの煮付け 391.1Kcal 17.6g 2.9g	ベシャメルソースハンバーグ 特製サーモンフライ 筑前煮 モヤシの中華和え 393.8Kcal 16.6g 3.5g	静岡産豚肉メンチカツ 挽肉と焼き豆腐の麻婆風 春雨サラダ 大根とさつま揚げに甘辛煮 405.4Kcal 13.1g 3.3g	五目炊き込み御飯 チーズ入りカボチャフライ 赤魚の塩焼き おでん盛り合わせ 387.9Kcal 14.5g 2.5g	自家製肉天(磯辺風味) ニシン味醂漬け焼き モヤシとほうれん草ナムル 刻み昆布と油揚げのうま 394.6Kcal 18.3g 3.6g	豚肉生姜焼き コロッケ 餅巾着 サラダ 399.1Kcal 20.2g 3.2g
13	14	15	16	17	18
特選チキンカツ 黒ムツの照焼き: 野菜添え ペネアラビアーター インゲンの白胡麻和え 385.1Kcal 20.1g 3.9g	すき焼風煮付盛合せ サバの塩焼き 竹輪天 ワカメとカニカマの酢物 403.3Kcal 14.5g 3.2g	特製ヒレカツ ポークカレー 目玉焼き イタリアンサラダ 390.8Kcal 22.6g 3.9g	根菜ハンバーグ(グリルソース) ズワイガニクリームコロッケ ポテトサラダ がんもとコンニャクのうま煮 396.3Kcal 17.4g 3.3g	鶏肉の唐揚げ甘酢あん ブリの照焼き ペペロンチーノ 切干大根柚子胡椒サラダ 405.7Kcal 20.5g 3.2g	チキン照焼き アジフライ しゅうまい サラダ 402.8Kcal 12.5g 2.9g
20	21	22	23	24	25
五目御飯 メバルの照焼き・玉子添え 牛肉コロッケ 春雨サラダ(マヨネーズ和え) 381.1Kcal 17.6g 2.9g	ポークソテー野菜添え ホタテ風味カツ 五目煮 もやしのコチュジャン炒め 393.8Kcal 16.6g 3.5g	自家製肉団子(ヤンニョム風) プレーンオムレツ ペネサラダ 厚揚げと里芋のうま煮 405.4Kcal 13.1g 3.3g	チキンムアンバ野菜添え 春巻き&シュウマイ モヤシのナムル 刻み昆布とハスの煮付 387.9Kcal 14.5g 2.5g	自家製肉天(胡麻風味) サバの照焼き タラコスパソテー 大根と油揚げのうま煮 394.6Kcal 18.3g 3.6g	ポークピカタ カボチャコロッケ ギョーザ サラダ 399.1Kcal 20.2g 3.2g
27	28	29	30	31	
クリーミーブラウンハンバーグ イカフライ&コロッケ マカロニサラダ ひじきと大豆のうま煮 391.1Kcal 12.5g 3.3g	牛しゃぶ(焙煎ゴマダレ) キーマカレークノーデル 目玉焼き 切干大根と油揚げの煮付 373.1Kcal 14.6g 3.8g	冬期休暇	冬期休暇	冬期休暇	...

○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。