



月	火	水	木	金	土
12月2日	3	4	5	6	7
黒毛和牛メンチカツ メバル照焼き 五目ビーフン炒め たらこ風味パスタ 397.7Kcal 17.6g 2.9g	鶏肉の唐揚げヤンニョム風 サバの照り焼き ポテトサラダ 切り干し大根とハスの甘煮 406.7Kcal 12.6g 2.1g	特製チキンカツ マーボ豆腐 ミニオムレツ もやしとキクラゲの中華和え 381.7Kcal 14.6g 3.9g	五目炊き込み御飯 天ぷら:かき揚げ ホッケ塩焼き 肉じゃが 382.2Kcal 19.5g 3.1g	鶏肉のもろみ照焼き 特選白身フライ チンジャオロース スパサラダ 381.4Kcal 16.9g 2.7g	サイコロステーキ 野菜コロッケ 焼魚:汐マス きんぴらごぼう 385.2Kcal 15.6g 2.1g
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 サツマイモペンネサラダ 肉野菜炒め 401.4Kcal 16.9g 2.7g	豚しゃぶ(焙煎ゴマダレ) 和牛ビーフシチューコロッケ ほうれん草平焼き 挽肉と大根のキムチ煮 381.2Kcal 20.5g 3.2g	デリチキ(フライドチキン) 焼魚:赤魚の塩焼き ペペロンチーノ いんげんの胡麻和え 389.1Kcal 16.2g 3.2g	自家製豚カツ チキンカレー ミートオムレツ イタリアンサラダ 398.8Kcal 24.1g 2.6g	豚肉生姜焼き パリパリ春巻き&ギョーザ ソース焼きそば 小松菜ともやしのナムル 377.1Kcal 14.1g 3.9g	鶏肉の照り焼き ホタテ風味カツ ジャーマンポテト 串つくね 372.2Kcal 17.5g 3.1g
16	17	18	19	20	21
鶏の唐揚げ甘酢あんかけ 甘口銀鮭の塩焼き 春雨サラダ(マヨネーズ和え) ひじきとコンニャクの甘辛煮 401.1Kcal 16.9g 2.8g	海苔弁 特選ヒレカツ 焼魚ホッケの塩焼き ポテトサラダ 381.1Kcal 14.9g 2.8g	チキングリルチミチュリソース 特選海老カツ ジャーチャン豆腐(家常豆腐) わかめとカニカマの酢物 396.9Kcal 17.3g 4.1g	自家製肉天(磯部風味) メバルの照焼き 豚肉とキャベツのみそ炒め チョレギドレッシングサラダ 399.7Kcal 19.1g 3.1g	ベシヤメルポテトグラタン 熟成サーモンフライ ジェノベーゼソースパスタ 五目煮 398.1Kcal 15.9g 2.8g	鶏肉玉子とじ イカの彩り野菜カツ ギョーザ サラダ 387.1Kcal 18.6g 2.9g
23	24	25	26	27	28
サイコロステーキオニオンソース 特選アジフライ 春雨サラダ 刻み昆布と油揚げの煮付 382.8Kcal 21.1g 2.3g	すき焼風煮付盛合せ サバの塩焼き 竹輪磯部揚げ もやしのコチュジャン炒め 398.8Kcal 24.1g 2.6g	静岡産豚肉メンチカツ ビーフカレー 赤魚の塩焼き フレンチサラダ 400.7Kcal 22.5g 3.1g	チキングリルハニーマスタード チーズ入りかぼちゃコロッケ 肉野菜炒め 切干大根とハスのうま煮 381.5Kcal 21.7g 2.9g	デミグラスハンバーグ エビフライ&コロッケ 五目煮 ペンネカリフラワーサラダ 372.5Kcal 20.6g 2.1g	冬期休暇
30	31		11月28日	11月29日	11月30日
冬期休暇	冬期休暇	...	俵メンチカツ ポークカレー ホッケ塩焼き イタリアンサラダ 399.7Kcal 19.1g 3.1g	豚肉のケチャップ照焼き 舞茸天・とうもろこしの天ぷら 八宝菜 ひじきと油揚げの甘辛煮 378.1Kcal 15.9g 2.8g	特製ヒレカツ サバの味噌煮 オムレツ サラダ 378.7Kcal 12.4g 2.7g

○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350Kcal
(普通ライス)です。