

\* 今週のお弁当献立表 \*

2018年2月12日 ~ 2018年2月17日

**2/12(月)振替休日は、ご連絡頂いた方のみご注文を承ります。大浜給食協同組合**  
**ご協力お願い致します。**

TEL 0537-72-2680

FAX 0537-72-6012

日付	えんしゅうなだ	しおさい	なぎさ	カレー
2/12 月曜日 振替休日	焼肉炒め ミニグラタン焼 なすの炒め煮 春雨のタイ風サラダ 菜の花ごまあえ ポトトサラダ エネルギー 713 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 16.6 g 食塩 2.4 g	黒半片フライ ミニフランク焼 なすの炒め煮 春雨のタイ風サラダ 菜の花ごまあえ エネルギー 705 kcal 蛋白質 16.9 g 脂質 16.4 g 食塩 2.3 g	メバルの塩焼き さつま芋天ぷら なすの炒め煮 菜の花ごまあえ ポトトサラダ プチもっちーな エネルギー 521 kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 8.7 g 食塩 2.6 g	お休み 祝日の為 
2/13 火曜日	フィッシュタルタルフライ 茹でポトトミートボール 厚焼玉子 明太子スパゲティ 突蕪炒め煮 ツナとオクラの簡単白和え エネルギー 849 kcal 蛋白質 27.9 g 脂質 17.6 g 食塩 2.7 g	白身魚の香味揚げと ミニハンバーグ焼の 甘酢あんかけ 突蕪炒め煮 白菜のゴマ酢和え 春菊のゆず風味おひたし エネルギー 826 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 50.3 g 食塩 3.2 g	タラの塩麹焼 小半片煮 焼売蒸し ひじきの炒め煮 白菜のゴマ酢和え 春菊のゆず風味おひたし エネルギー 477 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 4.2 g 食塩 2.5 g	
2/14 水曜日	ハートのコロッケ 若鶏生姜焼 蒸し焼売 ポトト昆布煮 大根サラダ 小松菜のピーナッツ和え エネルギー 751 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 18.1 g 食塩 3.1 g	ハートのコロッケ 九条ねぎ入りオムレツ焼 ポトト昆布煮 大根サラダ 小松菜のピーナッツ和え エネルギー 613 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 10.7 g 食塩 2.6 g	ハートブレンオムレツ焼き 白身魚の揚げ煮風 カリフラワーのそぼろあん 小松菜のピーナッツ和え マカロニサラダ しそ昆布 エネルギー 569 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 14.5 g 食塩 2.3 g	エビフライカレー (前日12時までの予約) 
2/15 木曜日	イカバジフライミニ 九条ねぎ入りオムレツ焼 つくね串 筍の土佐煮 味噌マヨネーズ和え ワカメサラダ エネルギー 678 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 15.2 g 食塩 3.0 g	たこキャベツカツ 茹でポトトミートボール 筍の土佐煮 味噌マヨネーズ和え ワカメサラダ エネルギー 691 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 16.7 g 食塩 2.8 g	鯖煮付け ミニお好み焼 筍の土佐煮 味噌マヨネーズ和え ワカメサラダ 金山寺みそ エネルギー 554 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 11.4 g 食塩 3.2 g	
2/16 金曜日	大判肉包み揚げ じゃがいものお焼きのあんからめ 茹で卵煮 大根炒り煮 スパゲティサラダ 白菜キムチ エネルギー 855 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 23.8 g 食塩 4.0 g	若鶏生姜焼き ミニかきあげ 大根炒り煮 スパゲティサラダ 白菜キムチ 茷煮 エネルギー 678 kcal 蛋白質 18.7 g 脂質 13.8 g 食塩 2.5 g	ホッケの塩焼き バターコンコロッケ 大根炒り煮 スパゲティサラダ インゲンのソテー エネルギー 568 kcal 蛋白質 18.5 g 脂質 13.9 g 食塩 3.6 g	カツカレー (前日12時までの予約) 
2/17 土曜日	海老フライ ミニハンバーグケチャップからめ 人参グラッセ ポトトと油揚げの旨煮 ビーフソテー カリフラワーサラダ エネルギー 763 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 17.6 g 食塩 2.6 g	ブリの塩麹焼 バターコンコロッケ ポトトと油揚げの旨煮 ビーフソテー カリフラワーサラダ エネルギー 791 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 21.8 g 食塩 1.7 g	アジの塩焼き ミニかきあげ ポトトと油揚げの旨煮 豆腐サラダ カリフラワーサラダ ごま茶漬 エネルギー 548 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 13.4 g 食塩 2.6 g	

※エネルギーにはライス420kcal(ヘルシーは260kcal)が含まれています。材料入手の都合で多少の変更をさせて頂く事もあります。ご了承下さい。