

* 今週のお弁当献立表 *

2018年2月19日 ~ 2018年2月24日

お願い
空のお弁当箱の中に燃えるごみやプラスチック類など残飯以外の物は入れ
ない様、ご協力お願いいたします!!(弁当箱を入れているコンテナへ入れ
て下さい)



大浜給食協同組合

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
2/19 月曜日	鯖煮付け 目玉焼フライ たこやき揚げ 蓮根炒り煮 五色生酢 コーソテー	パリッとデ ィッシュ春巻揚げ ミニ串天(紅生姜)焼き 蓮根炒り煮 五色生酢 コーソテー	メンチカツのあんからめ ベーコンポテトバーグ焼き 昆布豆 五色生酢 炒り卵	オムレツカレー (前日12時までの予約)
	エネルギー 850 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 25.2 g 食塩 3.2 g	エネルギー 768 kcal 蛋白質 13.3 g 脂質 20.5 g 食塩 2.5 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 17.2 g 食塩 2.5 g	
2/20 火曜日	ヒレカツ 餃子焼き 丸揚げ煮 五目大豆 小松菜のお浸し 揚げナスの生姜煮	白身フライ ミニハンバーグ焼 五目大豆 小松菜のお浸し 揚げナスの生姜煮	赤魚の煮付け プレーンオムレツ焼 卵の花炒り煮 小松菜のお浸し 揚げナスの生姜煮	
	エネルギー 771 kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 14.9 g 食塩 3.8 g	エネルギー 743 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 16.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー 487 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 5.7 g 食塩 2.7 g	
2/21 水曜日	中華ミニ春巻揚げ れんこん肉詰めフライ チョリソー焼き マカロニミートと和え わかめの酢の物 蒟蒻煮	むかしのコロッケ ゴマ枝豆小判焼 マカロニミートと和え わかめの酢の物 からし菜の花	鯖の竜田揚げと 肉団子揚げの 野菜あんかけ マカロニミートと和え わかめの酢の物 からし菜の花	ハムカツカレー (前日12時までの予約)
	エネルギー 891 kcal 蛋白質 19.1 g 脂質 31.3 g 食塩 3.4 g	エネルギー 695 kcal 蛋白質 14.8 g 脂質 14.7 g 食塩 2.6 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 13.2 g 食塩 2.7 g	
2/22 木曜日	🍷混ぜご飯🍷 焼肉炒め ミカキあげ 切干大根炒め煮 豆腐サラダ インゲンのゴマあえ	🍷混ぜご飯🍷 目玉焼フライ じゃがいものお焼き 切干大根炒め煮 豆腐サラダ インゲンのゴマあえ	🍷混ぜご飯🍷 鯖煮付け ミニコロッケ 人参煮 切干大根炒め煮 法蓮草ソテー	
	エネルギー 719 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 14.2 g 食塩 2.5 g	エネルギー 683 kcal 蛋白質 25.6 g 脂質 13.5 g 食塩 3.1 g	エネルギー 588 kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 14.7 g 食塩 2.8 g	
2/23 金曜日	ハムカツ アジの塩焼き 粉吹き芋 金平牛蒡 山菜おろし和え 大根煮	クリームチーズ入りカツ チヂミ焼き 金平牛蒡 山菜おろし和え 大根煮	白身魚の塩麴焼き がんも煮 金平牛蒡 山菜おろし和え カリフラワーのサラダ	コロッケカレー (前日12時までの予約)
	エネルギー 703 kcal 蛋白質 28.7 g 脂質 14.9 g 食塩 5.5 g	エネルギー 594 kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 7.4 g 食塩 3.3 g	エネルギー 516 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 8.3 g 食塩 3.6 g	
2/24 土曜日	ハンバーグ焼と 豆腐寄せ焼きの おろしソースかけ キャベツソテー ひじきの炒め煮 もやしのサラダ	アジの塩焼き 南瓜天ぷら わさび漬 ひじきの炒め煮 もやしのサラダ スパゲティサラダ	白身フライの おろしソースかけ 蒸し餃子 キャベツソテー ひじきの炒め煮 もやしのサラダ	
	エネルギー 756 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 21.0 g 食塩 3.2 g	エネルギー 655 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 12.1 g 食塩 3.2 g	エネルギー 592 kcal 蛋白質 15.3 g 脂質 18.3 g 食塩 2.3 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。