



Lunch menu 7

月 MON

火 TUE

水 WED

木 THU

金 FRI

		1 麻婆豆腐 春巻き／カニ焼売 オイスター炒め れんこんサラダ 杏仁豆腐 さくら漬け (727kcal 塩分2.2g) アレルギー 小麦・乳・えび P21.0g F17.2g C117.9g	2 ささみフライ チキンロールフライ エビカツ 海藻サラダ 白滝炒り煮 つぼ漬け (808kcal 塩分3.0g) アレルギー 小麦・えび P25.0g F20.7g C119.6g	3 ハムカツ 豆腐ハンバーグの和風あん はるさめサラダ 根菜煮 小松菜ピリ辛炒め さくら漬け (928kcal 塩分3.0g) アレルギー 小麦・卵・乳 P22.7g F32.4g C131.9g
6 肉じゃがコロッケ たらの梅マヨ焼き 中華ソテー コールスローサラダ 厚揚げとこんにゃくの煮物 さくら漬け (880kcal 塩分3.1g) アレルギー 小麦・卵・乳 P25.8g F24.1g C126.9g	7 星形コロッケ えびかつ／つくね串 あじのレモン醤油焼き 夏野菜カレー ツナ大根 塩レモンゼリー 人参マリネ (863kcal 塩分2.7g) アレルギー 小麦・乳・えび P28.7g F23.9g C129.0g	8 アジフライ 八幡巻／イカカツ カリフラワー甘辛煮 わかめ梅肉和え なすの生姜煮 つぼ漬け (796kcal 塩分3.0g) アレルギー 小麦・卵・乳 P26.4g F21.2g C120.3g	9 ハンバーグトマトソース 白身フライ／ロースチキン 切干大根煮 ペンネサラダ 蓮根黒胡椒炒め つぼ漬け (942kcal 塩分3.1g) アレルギー 小麦・卵・乳 P29.5g F31.5g C129.7g	10 とんかつ 笹かま／ウィンナー メンマ炒め ビビンバ かぼちゃ和風あん さくら漬け (870kcal 塩分3.0g) アレルギー 小麦・卵・乳 P25.9g F27.1g C124.3g
13 メンチカツ／ハムステーキ さばの二色焼き かぼちゃサラダ 大根と油揚げの煮物 チンゲン菜のソテー さくら漬け (904kcal 塩分3.2g) アレルギー 小麦・卵・乳 P31.0g F30.8g C120.7g	14 油淋鶏 竹の子金平 刻み昆布煮 みかん缶 さくら漬け (860kcal 塩分2.9g) アレルギー 小麦・乳 P27.7g F27.4g C120.0g	15 ます味噌焼き 天ぷら ピーマンソテー 白菜煮浸し こんにゃくの炒め煮 つぼ漬け (829kcal 塩分2.9g) アレルギー 小麦・乳 P25.6g F25.4g C120.2g	16 エビフライ カレー 中華炒め ごぼうサラダ 福神漬 (783kcal 塩分2.2g) アレルギー 小麦・卵・乳・えび P20.7g F24.9g C118.1g	17 チキンカツ 豆腐しんじょ和風あん ごぼう煮 大根サラダ さつま芋和風あん さくら漬け (898kcal 塩分3.4g) アレルギー 小麦・卵・乳 P25.1g F25.2g C138.0g
20 海の日	21 エビフライ 鶏の唐揚げ チンゲン菜中華炒め さつま芋サラダ 扇麩煮 さくら漬け (861kcal 塩分2.3g) アレルギー 小麦・卵・乳・えび P26.4g F26.8g C122.5g	22 タンドリーチキン オクラ天／コロッケ 大根旨煮 春雨ナムル 竹の子ソテー つぼ漬け (797kcal 塩分2.9g) アレルギー 小麦・乳 P24.4g F19.5g C127.3g	23 とんかつねぎ塩タレ ホッケの塩焼き ひじきサラダ レンコンペペロンチーノ こんにゃく煮 さくら漬け (858kcal 塩分3.3g) アレルギー 小麦・卵・乳 P28.6g F27.0g C119.9g	24 白身フライ 天ぷら 竹の子ピリ辛煮 五目旨塩炒め 大根サラダ つぼ漬け (845kcal 塩分2.8g) アレルギー 小麦・乳 P21.8g F25.6g C126.1g

夏季休業(7月25日～)

お弁当に関する注意事項

- お届けするお弁当は食品衛生上涼しい場所に置き、なるべく当日の13時を目安にお召し上がりください。
- アレルギー表示について
 - ・アレルギー特定原材料の表示を行っております。
 - どの食材に含まれるかは別紙詳細表でご確認ください。

- 栄養価表示について
表示内容は下記の通りです。
kcal・塩分、P：たんぱく質 F：脂質 C炭水化物
・主食を含む栄養価の表示をしております。
主食(ごはん)の栄養価は下記の通りです。
ごはん量 250g (420kcal/P6.3g/F0.8g/C92.8g)

