



2020年5月11日～5月23日 メニュー

5月 11月	まぐろ野菜カツ とり照焼 441 kcal 塩分 3.1g	牛肉オイスター炒め 高野豆腐卵とじ 小松菜おかか和え	18月	チーズチキンカツ サーモン塩焼 307 kcal 塩分 2g	冬瓜カニカマあん きのこスパゲティ ブロッコリーソテー
12火	豚肉生姜焼 キーマカレー 475 kcal 塩分 3g	プチハンバーグ ハムサラダ ポパイソテー	19火	たらバジルフリッター& 牛肉ピリ辛炒め 煮物盛り合わせ 420 kcal 塩分 3.2g	ポテトサラダ 小松菜おろし和え
13水	鱈南蛮漬け& ハムステーキBBQソース 山形風芋煮 431 kcal 塩分 3.6g	マロニーサラダ 野菜天煮 おかずメンマ	20水	三元豚生姜焼き ピザポテト春巻 502 kcal 塩分 3.5g	かぼちゃそぼろ煮 海藻サラダ たけのこ煮
14木	ハンバーグ デミソース イカフライ 410 kcal 塩分 3.4g	カニカマサラダ 目玉風オムレツ ベーコンカレーソテー	21木	鶏肉チリソース& エビカツ ハッシュドビーフ 508 kcal 塩分 3g	花野菜サラダ 高野豆腐煮
15金	豚ロースとんかつ ポテトチキンロール 380 kcal 塩分 3.2g	あさりトマト煮 マカロニサラダ カリフラワーマリネ	22金	豚丼風 ウイナー串カツ 367 kcal 塩分 3.2g	ミートオムレツ 菜の花ごま味噌和え れんこん金平
16土	お・ま・か・せ・メニュー		23土	お・ま・か・せ・メニュー	

※表示の栄養価には、ライス分は含まれておりません。ライスの栄養価は普通ライスは熱量414kcal、半ライスは302kcalです。国産米を使用しております。仕入れの都合により、一部変更になる事がありますので予めご了承下さい。



★ おすすめメニュー ★
5月 18日(月) **チーズチキンカツ**

★ おすすめメニュー ★
5月 21日(木) **鶏肉チリソース**

