



メニュー



3月16日~3月28日

Tel: 0743-64-3001

3月	エビフライ
16日	チーズ入りちくわ磯辺あげ 高野のあられ煮 青梗菜とあげのお浸し いか入りさつま煮
月曜	エネルギー 266 Kcal タンパク質 12.1 g 脂質 13.8 g

3月	トンカツの卵とじ
23日	ひじきの炒り煮 サンド豆としらすのあえもの かぼちゃ天ぷら
月曜	エネルギー 389 Kcal タンパク質 14.9 g 脂質 22.1 g

3月	濃厚トマトとコーンのフライ
17日	スパナポリタン 金平ごぼう モヤシのごま醤油サラダ 一口ガンモ煮
火曜	エネルギー 399 Kcal タンパク質 10.4 g 脂質 22.9 g

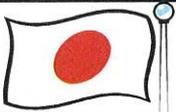
3月	おさつコロケ
24日	マカロニのケチャップ炒め 大根ピリ辛煮 ブロッコリーのピーナッツあえ ちくわ天(紅生姜)
火曜	エネルギー 392 Kcal タンパク質 9.4 g 脂質 20.1 g

3月	ねぎ塩コロケ
18日	野菜春巻き 切干大根煮つけ 蓮根と昆布の酢のもの ちくわ煮
水曜	エネルギー 315 Kcal タンパク質 9.0 g 脂質 12.3 g

3月	梅しそチキンカツ
25日	あげたこ焼き 金平ごぼう 菜の花あえもの ガンモ煮つけ
水曜	エネルギー 293 Kcal タンパク質 10.2 g 脂質 15.1 g

3月	海老海苔カツ
19日	ペンネサラダ 大豆のケチャップ煮 ブロッコリーサウザンあえ こんにやく煮
木曜	エネルギー 362 Kcal タンパク質 15.7 g 脂質 16.7 g

3月	海老かつ
26日	ペンネサラダ オムレットマトソース 小松菜辛子あえ 高野含め煮
木曜	エネルギー 359 Kcal タンパク質 16.5 g 脂質 16.6 g

3月	春分の日
20日	
金曜	エネルギー Kcal タンパク質 g 脂質 g

3月	野菜コロケ
27日	桜えびオムレツ 細切り昆布炒め煮 法蓮草土佐あえ ミニハンバーグ(デミグラ)
金曜	エネルギー 284 Kcal タンパク質 12.3 g 脂質 14.6 g

3月	鶏天甘酢あんかけ
21日	ほくほくコロケ 高野豆腐の昆布煮りフラワーおかかあえ 白花豆
土曜	エネルギー 457 Kcal タンパク質 15.4 g 脂質 19.4 g

3月	揚げ出し豆腐和風あんかけ
28日	棒餃子 蓮根とあげの炒り煮 カリフラワー甘酢あえ 煮豆
土曜	エネルギー 317 Kcal タンパク質 10.4 g 脂質 15.1 g

冬は特にご注意ください！ノロウイルスによる食中毒 食中毒は夏だけではなく、ウイルスによる食中毒が冬に多発しています！ノロウイルスによるポイント 1. 調理する人の健康管理 普段から感染しないように食べものや家族の健康状態に注意する。症状があるときは、食品を直接取り扱う作業をしない。毎日作業開始前に調理従事者に報告する仕組みをつくる。 2. 作業前などの手洗い 洗うタイミングは、トイレに行ったあと 調理施設に入る前 料理の盛り付けの前 次の調理作業に入る前 手袋を着用する前 汚れの残りやすいところをていねいに 指先、指の間、爪の間 親指の周り 手首、手の甲 3. 調理器具の消毒 洗剤などで十分に洗浄し、熱湯で加熱する方法又はこれと同等の効果をもつ方法で消毒する。

お届けしたお弁当は14:00迄にお召し上がりください

※ 材料入荷の都合によりメニューが変更になる事があります。ご了承下さい。

