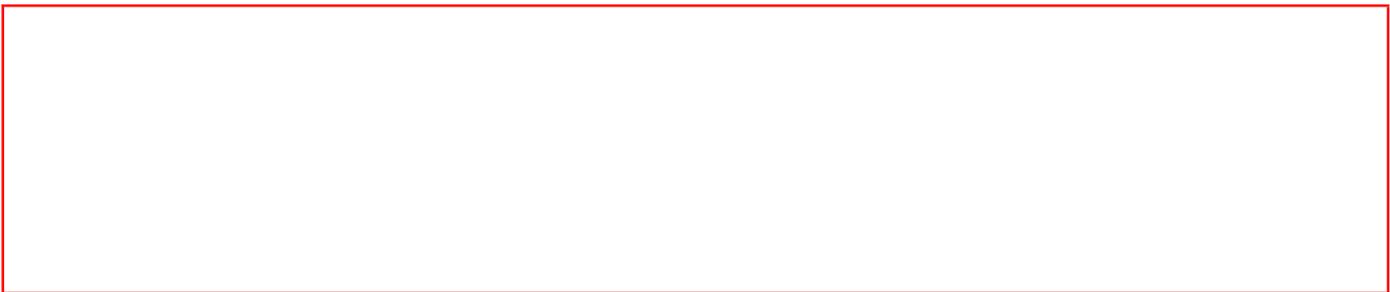


お献立表

	メインディッシュ	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g	小鉢	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g
3月16日	豚の中華風天ぷら (小麦, 卵)	504	20.8	30.8	1.6	〇いんげんちくわすりゴマ和え (えび, 小麦, 卵)	37	2.4	1.3	0.7
	ます照焼 (小麦)	227	24	7	1.7	〇かに生姜和え (小麦)	25	1.9	0.1	0.7
	あさりのチャウダー (小麦, 乳)	306	10.9	17.1	3.8	〇中華ごま団子 (アレルギーなし)	181	2.1	8.1	0
	スパイシーSABAフライバーガー (小麦, 卵, 乳)	667	27	30.4	2.9	〇冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
3月17日	とんかつ (小麦, 卵, 乳)	453	17.4	20.9	3.1	〇かぼちゃサラダ (卵)	105	1.1	6.1	0.3
	肉団子と白菜の中華煮 (1/2日野菜) (小麦, 卵, 乳)	327	15.1	11.8	3	〇干切り大豆煮 (小麦)	60	2.3	1.9	0.6
	鶏と茄子の味噌炒め (1/2日野菜) (小麦)	323	17.9	13.2	1.9	〇あさり酢の物 (小麦)	35	1.8	0.1	1.1
	帰ってきたチキン南蛮サンド (小麦, 卵, 乳)	1140	47.3	52.5	4.4	〇冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
3月18日	照りマヨチキン (小麦, 卵)	478	26	27.5	2.2	〇春雨中華 (小麦, 卵)	47	0.7	0.8	0.5
	白身魚の竜田揚げカレーソース (小麦)	414	22	25.8	2.3	〇根菜味噌煮 (小麦)	55	1.6	0.1	0.9
	回鍋肉(ホイコーロー) (1/2日野菜) (小麦)	325	20.3	13.5	3.4	〇白滝ひじき煮 (小麦)	48	2	2.3	0.7
	ケイジャンポークバーガー (小麦, 卵, 乳, 落花生)	1014	31	64	4.2	〇冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
3月19日	鶏肉の幽庵焼き (小麦)	404	28.2	22.7	2	〇スパゲティサラダ (小麦, 卵)	121	1.6	8.5	0.7
	生姜たっぷり鶏と根菜の煮物 (1/2日野菜) (小麦)	349	19.7	15.3	1.3	〇蓮根きんぴら (小麦)	63	0.9	1.6	0.9
	ポークビーンズ (小麦, 乳)	361	24.7	21.3	2.1	〇ゼリー (アレルギーなし)	28	0.9	0	0
	バイミーとベトナム風スープのセット (小麦, 卵, 乳)	489	22.6	16.9	5	〇冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
3月20日	鶏天和風あん (小麦, 卵)	409	30	17.3	1.5	〇オクラのマヨポン和え (小麦, 卵)	64	1.7	3.9	0.5
	銀ひらす磯焼き (小麦)	229	23.5	10.6	2.1	〇白和え (小麦)	59	3.7	2.4	0.5
	豚と茄子のマスタード醤油炒め (1/2日野菜) (小麦)	399	20.6	22.9	2.7	〇お麩と玉ねぎ玉子とじ (小麦, 卵)	72	4	2.4	0.7
	学校給食揚げパンセット (小麦, 卵, 乳, 落花生)	749	29.4	31	4.5	〇冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
3月21日										
3月22日										



材料調達の都合により、お献立表を変更する場合がございます。悪しからずご了承下さい。
 ※丼・ご飯もののセットのみご飯のカロリーも含んでいます (ご飯1人180g 302kcal)
 ※カレーライスのご飯は250g 420kcalです。食堂のお米は国産米を使用いたしております。
 ※アレルギーは7大アレルギーのみ表示しております。メインディッシュのアレルギー表示は付け合わせ等を含んでおりません。また、同一製造ラインでの微量の混入までは保証されておりませんのでご注意ください。