

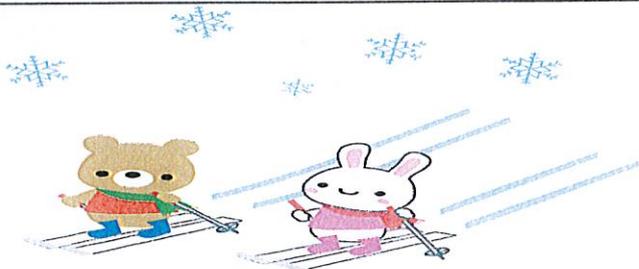


# 特選弁当 2月



※ 使用しているお米は国産米です。

月		火		水		木		金		土																			
2日		3日 		4日		5日		6日		7日																			
牛カツと&カレーコロッケ イカ寄せフライ 白菜中華炒め 副菜		いわしフライと&揚げ出し豆腐 竹輪の磯辺揚げ 豆サラダ 副菜		青椒肉絲風&春巻き しゅうまい ハンサンスー 副菜		ハンバーグ 韓国風ピリ辛ソース ミニフランク レンコンソテー 副菜		チキンカツ 辛子マヨソース エビフライ ひじき煮 副菜		おまかせ メニュー																			
熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g					
352	11.6	22.2	25.5	2.3	450	22.2	27.3	27.9	2.6	424	15.9	25.2	32.4	4.5	405	15.6	25.9	25.5	2.8	448	10.6	27.5	39	2					
9日		10日		11日		12日		13日		14日																			
ヒレカツ 胡麻とんかつソース オムレツ ごぼうチャブチェ 副菜		豚肉の甘辛焼き&揚げ餃子 肉野菜巻き きんぴられんこん 副菜				フライドチキン 野菜コロッケ ごぼうサラダ 副菜		ジューシーメンチカツ 子持ちシシャモフライ もやしそぼろ炒め 副菜		おまかせ メニュー																			
熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g					
459	14.8	32.2	26.2	3	340	13.9	18.3	29.1	2.5						513	20.8	44.0	19.3	3	392	15.1	22	32.9	2.6					
16日		17日		18日		19日		20日		21日																			
油淋鶏 彩り海鮮ステーキ 塩焼きそば 副菜		ハンバーグ デミグラスソース ツナマヨフライ 切干胡麻和え 副菜		鯖のみそ焼き&クリーミーコロッケ(紅ズワイガニ入り) 春巻き 春雨サラダ 副菜		厚切りハムカツ ブチアジフライ マカロニサラダ 副菜		麻婆豆腐&しゅうまい にらまんじゅう ブロッコリーサラダ 副菜		おまかせ メニュー																			
熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g					
429	16.3	19.8	45	2.3	426	16.3	29	23.7	2.1	392	15.2	20.5	19.5	2.6	442	11.2	29.1	33.8	2.9	323	12.4	20.2	23.1	3.2					
23日		24日		25日		26日		27日		28日																			
		チキンカツ トマトソース 五目豆腐あげ キャバツハーブソテー 副菜		アジフライ&ハムカツ コーンマヨソース 海鮮小判 ナポリタン 副菜		ミートボール 甘酢あんかけ ささみフライ ひじきサラダ 副菜		ヤンニョムチキン もろこし焼き 白菜中華炒め 副菜		おまかせ メニュー																			
熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g	熱量kcal	蛋白質g	脂質g	炭水化物g	塩分g					
372	12.7	15.5	44.4	2.9	422	16.4	29.2	22.1	1.3	384	10.4	20.3	38.5	2.3	433	18.4	18.5	46.8	1.8										



※食材の入荷の都合により、内容の一部がメニューと異なる場合がございます。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承下さいますようお願い申し上げます。



## フードコーディネーター 斉藤クリエート食品

前橋市上増田町258-11

Tel 027-267-1433

Fax 027-267-1434