



特選弁当 4月



※ 使用しているお米は国産米です。

月		火		水		木		金		土	
		1日		2日		3日		4日		おまかせメニュー	
		自身フライとエビフライ 海鮮小判 ひじき炒め煮 副菜		鶏のからあげ 肉野菜巻き 春タルタルソース 副菜		てりたまハンバーグ エビカツ マカロニサラダ 副菜					
6日		7日		8日		9日		10日		11日	
きざみ大葉チキンカツと ロールキャベツ あじ味佃干しフライ コールスローサラダ 副菜		長崎県産キャベツの メンチカツ ハムステーキ 春雨サラダ 副菜		厚揚げと豚肉の スタミナ炒め オムレツ イカ寄せフライ 副菜		ハッシュドビーフ風コロックと ミニフランク ふんわり豆腐揚げ しらたきと人参の炒り煮 副菜		たれカツ コーンコロック ひじきサラダ 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 389 13.6 19.7 39 2.6		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 437 16.8 29.3 25.5 2.4		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 428 16.2 27.1 28.3 2		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 395 18.7 26.8 16.8 2		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 368 14.3 17.7 33.9 3.1			
13日		14日		15日		16日		17日		18日	
北海道産ホタテクリーム フライとアジフライ もろこし焼き カレーマカロニ 副菜		タッカルビ風 チヂミ 海鮮串フライ 副菜		チキンカツ ～デミグラスソース～ はんぺんチーズサンドフライ 春キャベツのペペロンチーノ 副菜		北海道産男爵コロック つくね 海藻サラダ 副菜		回鍋肉 春巻き 肉餃子 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 375 10.9 16.8 28.1 1.6		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 355 17.7 24.1 30.9 2.9		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 437 22.6 23.9 45.4 3.3		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 354 13.2 18.8 39.9 2.7		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 347 11.2 20.6 28.5 2.2			
20日		21日		22日		23日		24日		25日	
厚切りハムカツ 海鮮ステーキ 切干大根サラダ 副菜		麻婆豆腐 甘酢あん棒肉団子 豚串カツ 副菜		駿河産桜海老入りクリーム コロックとミートオムレツ にら饅頭 ひじき切干サラダ 副菜		ハンバーグ ステーキソース ミニフランク フライドポテト(コンソメ) 副菜		みそカツ ツナマヨフライ バジリコマカロニ 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 400 12.3 26.5 29.1 1.9		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 327 13.6 16.8 22.5 2.4		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 356 10.7 21.4 29.5 1.8		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 397 16.0 23.1 29.4 3.6		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 511 17.6 34 32 2.3			
27日		28日		29日		30日					
チキンカツ煮 エビフライ ひじき煮 副菜		鶏キムチ炒め オーシャンスティックフライ ささみフライ 副菜				酢豚風肉団子 うずら卵串フライ 春雨サラダ 副菜					
熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 397 14.8 20.9 17.9 3.2		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 334 14.8 20.9 17.9 3.6		熱量kcal 蛋白質g 脂質g 炭水化物g 塩分g 441 12.9 26.7 36.5 3.1							

※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 齊藤クリエート食品

前橋市上増田町258-11

Tel 027-267-1433
Fax 027-267-1434