

月	火	水	木	金
<div>1</div> <div>ヤンニョムチキン／平焼き</div> <div>670kcal</div> <div>たんぱく質 19.1g 脂 質 17.3g 炭水化物 106g 塩 分 3.5g</div> <div>・和風ひじきサラダ ・しろなの炒め物 ・ミニ揚げ餃子 ・卵の花</div>	<div>2</div> <div>カニクリーミーコロッケ</div> <div>638kcal</div> <div>たんぱく質 13.6g 脂 質 16.5g 炭水化物 106.1g 塩 分 2.1g</div> <div>・生七味パスタ ・もやしと木耳の炒め物 ・ミニハンバーグ ・いんげんのおかか和え</div>	<div>3</div> <div>厚揚げのすき煮</div> <div>588kcal</div> <div>たんぱく質 11.7g 脂 質 18.2g 炭水化物 96.3g 塩 分 2.2g</div> <div>・かき揚げ ・若芽の酢の物 ・花型さつま揚げ ・ザーサイ</div>	<div>4</div> <div>ビーフメンチカツ</div> <div>681kcal</div> <div>たんぱく質 15.3g 脂 質 18.7g 炭水化物 110.2g 塩 分 2.9g</div> <div>・中華サラダ ・つきごんのピリ辛炒め ・オムレツ ・高野豆腐煮</div>	<div>5</div> <div>鯖のちゃんちゃん焼き／竹輪の磯辺揚げ</div> <div>619kcal</div> <div>たんぱく質 16.9g 脂 質 14.2g 炭水化物 106.7g 塩 分 3.5g</div> <div>・高菜パゲティ ・ひじき煮 ・えび入り焼売 ・椎茸入り昆布木耳</div>
<div>8</div> <div>イカの中華炒め／春巻き</div> <div>535kcal</div> <div>たんぱく質 14.7g 脂 質 7.2g 炭水化物 99.1g 塩 分 2.8g</div> <div>・焼きビーフン ・がんも煮 ・焼売 ・オクラの塩昆布和え</div>	<div>9</div> <div>かつ煮</div> <div>688kcal</div> <div>たんぱく質 17.8g 脂 質 18.2g 炭水化物 108.5g 塩 分 2.5g</div> <div>・ツイストマカロニサラダ ・小松菜の煮浸し ・花天 ・味の花</div>	<div>10</div> <div>厚切りハムカツ</div> <div>683kcal</div> <div>たんぱく質 18.4g 脂 質 18.3g 炭水化物 108.4g 塩 分 3.6g</div> <div>・麻婆豆腐 ・パンプキンサラダ ・オムレツ ・竹輪煮</div>	<div>11</div> <div>豚肉と木耳の玉子炒め／ミニコロッケ</div> <div>624kcal</div> <div>たんぱく質 15.3g 脂 質 19.1g 炭水化物 102.1g 塩 分 2.6g</div> <div>・シルバーサラダ ・もやしの豆板醤炒め ・揚げ餃子 ・卵の花</div>	<div>12</div> <div>ハンバーグデミグラスソース</div> <div>623kcal</div> <div>たんぱく質 15.8g 脂 質 14.9g 炭水化物 104.2g 塩 分 3g</div> <div>・和風ベンネ ・若芽の酢の物 ・さつまいもフライ ・インゲンソテー</div>
<div>15</div> <div>三元豚のロースとんかつ</div> <div>673kcal</div> <div>たんぱく質 22.3g 脂 質 19.3g 炭水化物 102.6g 塩 分 2.8g</div> <div>・カレー ・大豆の煮物 ・オムレツ ・もやしと若芽のごま酢和え</div>	<div>16</div> <div>ラビオリ野菜トマトソース</div> <div>578kcal</div> <div>たんぱく質 13.6g 脂 質 10.3g 炭水化物 104.6g 塩 分 2.7g</div> <div>・ペペロンチーノ ・ポテトサラダ ・ミートボール ・メンマ</div>	<div>17</div> <div>アジフライ</div> <div>673kcal</div> <div>たんぱく質 17.1g 脂 質 19.3g 炭水化物 103.6g 塩 分 1.9g</div> <div>・マカロニサラダ ・インゲンの炒め物 ・焼売 ・高野豆腐煮</div>	<div>18</div> <div>酢鶏／春巻き</div> <div>565kcal</div> <div>たんぱく質 15g 脂 質 8g 炭水化物 104.4g 塩 分 3g</div> <div>・焼きビーフン ・小松菜の煮浸し ・ウインナーソーセージ ・がんも煮</div>	<div>19</div> <div>俵メンチカツ／三角ごまおさつ</div> <div>642kcal</div> <div>たんぱく質 13.5g 脂 質 13.8g 炭水化物 111.3g 塩 分 2.8g</div> <div>・チャプチェ ・オクラのおかか和え ・オムレツ ・味の花</div>
<div>22</div> <div>白身魚フライタルタルソース</div> <div>667kcal</div> <div>たんぱく質 16.2g 脂 質 19.1g 炭水化物 105.7g 塩 分 2.8g</div> <div>・切干大根煮 ・しろ菜の炒め物 ・フランク ・若芽のぬた</div>	<div>23</div> <div>肉団子の回鍋肉風</div> <div>595kcal</div> <div>たんぱく質 14.6g 脂 質 9.8g 炭水化物 113.1g 塩 分 3.7g</div> <div>・中華春雨 ・卵の花 ・春巻き ・椎茸入り昆布木耳</div>	<div>24</div> <div>もみの木ハンバーグ／星のコロッケ</div> <div>586kcal</div> <div>たんぱく質 14.9g 脂 質 11g 炭水化物 103.4g 塩 分 2.1g</div> <div>・ボンゴレスパゲティ ・インゲンソテー ・ウインナーソーセージ ・ゼリー</div>	<div>25</div> <div>フライドチキン／やわらかミニステーキ</div> <div>666kcal</div> <div>たんぱく質 16.7g 脂 質 22.6g 炭水化物 96.5g 塩 分 2.4g</div> <div>・キャベツのマリネ ・ブロッコリーソテー ・オムレツ ・人参ポリタン</div>	<div>26</div> <div>海老かつ</div> <div>615kcal</div> <div>たんぱく質 12.7g 脂 質 12.9g 炭水化物 109.3g 塩 分 2.5g</div> <div>・やきそば ・茄子の南蛮漬け ・カニ風味焼売 ・かぼちゃ煮</div>
<div>29</div> <div>牛肉コロッケ</div> <div>647kcal</div> <div>たんぱく質 12.9g 脂 質 11.8g 炭水化物 120.5g 塩 分 1.8g</div> <div>・ツナと春雨のサラダ ・ひじき煮 ・ミートボール ・うぐいす豆</div>	<div><div></div></div>			

今月の
おすすめデー

25日(木) フライドチキン/やわらかミニステーキ
Merry Christmas 本日はちょっと特別♡
ぜひご賞味ください♪

5日(金) 鯖のちゃんちゃん焼き/竹輪の磯辺揚げ

味噌とバターで炒めたお野菜と鯖は相性ばっちりです♡

15日(月) 三元豚のロースとんかつ

新登場★三元豚のとんかつは柔らかくて美味しい♪

24日(水) もみの木ハンバーグ/星のコロッケ

もみの木型のハンバーグ新登場☆シと〜っても可愛いです🎄

●お弁当は、直射日光のあたる場所、高温・多湿なところには置かないでください。●お弁当は、食品衛生上、午後2時までにお召し上がりください。●お弁当の回収容器は、レンジ対応ではありませんので、電子レンジによる温めはしないようお願い致します。●食材の都合により予告なくメニューを変更することがございますので、予めご了承ください。

月		火		水		木		金	
		<p>新年あけましておめでとうございます。 旧年中は沢山のお客様にご愛顧賜り、誠にありがとうございました。 本年も社員一同力を合わせ、皆様にご満足頂ける商品とサービスの提供を心がけて参ります。 変わらぬご愛顧のほど、宜しくお願ひ申し上げます。 新しい年が皆様にとって佳き年でありますようお祈り申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。</p>							
5	お煮しめ	6	梅しそチキンカツ	7	イカのチリソース	8	マヨ玉カツ	9	八宝菜
653kcal たんぱく質 17.2g 脂 質 19.5g 炭水化物 97.7g 塩 分 1.6g	・かき揚げ ・青菜のソテー ・ほうれん草平焼き ・昆布豆	568kcal たんぱく質 14.6g 脂 質 8.7g 炭水化物 105.7g 塩 分 3g	・ペンネアラビアータ ・インゲンソテー ・花天 ・卵の花	656kcal たんぱく質 17.7g 脂 質 15.5g 炭水化物 109.2g 塩 分 3.2g	・ペペロンチーノ ・竹の子の味噌炒め ・水餃子 ・大豆の煮物	646kcal たんぱく質 14.5g 脂 質 18.3g 炭水化物 104.3g 塩 分 2.5g	・シルバーサラダ ・高野豆腐煮 ・ミニハンバーグ ・もやしと若芽のごま酢和え	585kcal たんぱく質 15g 脂 質 14.3g 炭水化物 100g 塩 分 2.5g	・コロッケ ・人参のしりしり ・生姜揚げ餃子 ・つきごんの味噌炒め
		13	ビーフシチュー フライ	14	チキン南蛮 タルタルソース	15	厚切りハムカツ	16	さんまの塩焼き／ かき揚げ
		647kcal たんぱく質 13.7g 脂 質 14.7g 炭水化物 112.5g 塩 分 2.7g	・ナポリタン ・あさりと大根の時雨煮 ・オムレツ ・もやしの豆板醤炒め	708kcal たんぱく質 17.7g 脂 質 20.9g 炭水化物 107.7g 塩 分 3.5g	・和風高菜ペンネ ・がんも煮 ・茄子の煮びたし ・ブロッコリーソテー	632kcal たんぱく質 17.9g 脂 質 15.1g 炭水化物 104.2g 塩 分 3.7g	・麻婆豆腐 ・竹輪煮 ・オムレツ ・若芽のナムル	712kcal たんぱく質 18.9g 脂 質 24.1g 炭水化物 105.7g 塩 分 3.1g	・山菜パスタ ・卵の花 ・厚焼き玉子 ・椎茸入り昆布木耳
19	ごっついメンチカツ	20	ラビオリ 野菜トマトソース	21	白身魚フライ	22	ハンバーグ バーベキューソース	23	かつ煮
785kcal たんぱく質 19.2g 脂 質 29g 炭水化物 107.1g 塩 分 2.1g	・ツイストマカロニサラダ ・高野豆腐煮 ・ほうれん草平焼き ・茄子の南蛮漬け	571kcal たんぱく質 11.7g 脂 質 11.6g 炭水化物 104.2g 塩 分 2.6g	・やきそば ・いんげんのおかか和え ・フライドポテト ・もやしのソテー	633kcal たんぱく質 17.1g 脂 質 13.4g 炭水化物 110.4g 塩 分 2.6g	・中華春雨サラダ ・ひじき煮 ・肉焼売 ・卵の花	652kcal たんぱく質 16.2g 脂 質 16.5g 炭水化物 107.3g 塩 分 3g	・ペペロンチーノ ・青梗菜の辛子和え ・クリーミーかにフライ ・切干大根のゆず風味	575kcal たんぱく質 16g 脂 質 10.4g 炭水化物 101.2g 塩 分 2.3g	・野菜炒め ・煮物 ・花ざつま ・青菜の煮びたし
26	肉団子の甘酢あん／ 野菜春巻き	27	牛肉コロッケ	28	白身魚天 中華あんかけ	29	サイコロステーキ おろしソース／竹輪天	30	野菜イカメンチ／ オムレツ
631kcal たんぱく質 15.1g 脂 質 10.9g 炭水化物 116.6g 塩 分 4.1g	・中華サラダ ・こんにゃく煮 ・揚げ餃子 ・若芽と竹輪のぬた	583kcal たんぱく質 11.5g 脂 質 11.8g 炭水化物 104.6g 塩 分 1.3g	・生七味パスタ ・チンゲン菜ソテー ・ウインナー ・もやしのナムル	635kcal たんぱく質 16.1g 脂 質 14.3g 炭水化物 107.7g 塩 分 2g	・ペンネサラダ ・インゲンソテー ・花天 ・三色豆	735kcal たんぱく質 15.8g 脂 質 30.1g 炭水化物 98.1g 塩 分 3.4g	・和風サラダ ・人参のしりしり ・焼売 ・メンマ	659kcal たんぱく質 15.4g 脂 質 19.3g 炭水化物 107.9g 塩 分 3.5g	・カレー ・大豆の煮物 ・フライドポテト ・若芽の酢の物

