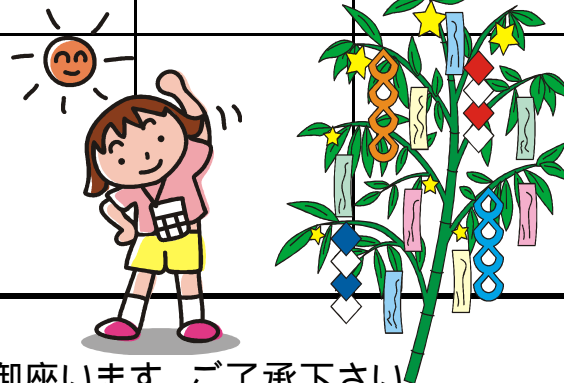


7月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日	3日	4日	5日	6日	7日
メンチカツ イタリアンオムレツ カレー 切り出し豚 フルーツMIX缶 196 kcal	ハムチーズフライ スパゲティサラダ ピビンパ風 りんごダイス缶 212 kcal	サバの味噌煮 豚肉の天ぷら 昆布と大豆の煮物 タコウイナー 黄桃缶 210 kcal	鶏の唐揚げ ケチャップビーンズ じゃがいもと竹輪の煮物 ミカン缶 224 kcal	豚肉のカレー炒め 梅しそコロケ 切干大根の炒め煮 星型杏仁豆腐 221 kcal	白身魚フライ ゴマ炒め 高野豆腐のあんかけ 厚焼き玉子 キウイフルーツ 152 kcal
9日	10日	11日	12日	13日	14日
ハンバーグ 玉子ロール 根菜煮 パイン缶 184 kcal	豚肉の大葉みそ炒め 焼きギョーザ 中華炒め カニしぐれ いちご杏仁豆腐 223 kcal	チキンステーキ ナポリタン ツナ大根 キャンディチーズ 167 kcal	ヒレカツ 正油玉子 ハヤシ マンゴープリン 247 kcal	魚の天ぷら ナムル風 回鍋肉風 赤かぶさつまちゃん プチもっちーな(いちご) 174 kcal	春巻き チンジャオロースー 煮物 パリット中華ポテト 200 kcal
16日	17日	18日	19日	20日	21日
海の日  134 kcal	チキンカツレモン塩麹 厚焼き玉子 田舎煮 フルーツMIX缶 134 kcal	サバの塩焼 南瓜サラダ 酢豚 ミカン缶 192 kcal	厚切りハムカツ 春雨の中華サラダ チャンプルー 切り出し豚 パイン缶 223 kcal	豚ロースの焼き肉 カレーソテー 根菜煮 黄桃缶 154 kcal	魚の唐揚げ ソテー 胡麻しゃぶ風 タコウイナー オレンジ 208 kcal
23日	24日	25日	26日	27日	28日
ヒレカツ オムレツ 中華旨煮 カニしぐれ キャンディチーズ 161 kcal	魚の味噌麹焼き キャベツのカニ風味サラダ ポークチャップ プチもっちーな(いちご) 230 kcal	チキンナゲット ポテトサラダ 麻婆茄子 赤かぶさつまちゃん マンゴープリン 204 kcal	和風ハンバーグ レンコンの唐揚げ ぜんまいの炒め煮 りんごダイス缶 140 kcal	エビフライ 大根のサラダ カレー パリット中華ポテト 218 kcal	さわらの西京焼き ミニフランク 肉豆腐風 いちご杏仁豆腐 191 kcal
30日	31日				
鶏肉の唐揚げ 根菜のごまドレサラダ ケチャップ炒め キウイフルーツ 209 kcal	さわら磯部フライ マカロニサラダ 味噌豚丼 かまぼこ グレープフルーツ 232 kcal				



仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

* ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス
☎(554)1612 FAX(553)7959