

12月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日	2日	3日	4日
		エビ大葉チーズフライ 焼きそば 焼き肉 黄桃缶 215 kcal	イカフライ フレンチサラダ きのこスパゲティ 切り出し豚 フルーツMIX缶 131 kcal	チキンカツ 甘酢和え ひじき煮 パイン缶 171 kcal	サバの塩焼き マヨ和え 親子煮 タコウイナー グレープフルーツ 201 kcal
6日	7日	8日	9日	10日	11日
ローズカツ コールスローサラダ カレー ぶどうゼリー 226 kcal	白身魚の磯辺フライ 酢の物 トンテキ風煮 キャンディチーズ 198 kcal	炊き込みご飯 海鮮茄子はさみ揚げ 春雨サラダ そぼろ煮 ミカン缶 169 kcal	鶏の唐揚げケチャップ 中華サラダ 中華旨煮 フルーツMIX缶 207 kcal	さわら西京焼き ゴマ酢和え すき焼き風煮 切り出し豚 ぶちもっちな(いちご) 203 kcal	イカカツ 花野菜サラダ ハヤシ オレンジ 238 kcal
13日	14日	15日	16日	17日	18日
ハムカツ オムレツ 炒り豆腐 切り出し豚 いちご杏仁豆腐 205 kcal	ハンバーグ ポテトサラダ 根菜煮 華詩 黄桃缶 182 kcal	チキン南蛮風 ごまドレ和え じゃが煮 マンゴープリン 227 kcal	豚ロース生姜焼き イタリアンサラダ 麻婆豆腐 タコウイナー パイン缶 220 kcal	海老フライ 春雨サラダ 焼き肉 りんごブチケーキ 207 kcal	魚のごま天ぷら 大根サラダ 中華旨煮 半月かまぼこ キャンディチーズ 158 kcal
20日	21日	22日	23日	24日	25日
ヒレカツ 青しそサラダ シチュー マンゴープリン 131 kcal	炊き込みご飯 赤魚味醂焼き 厚焼き玉子 卵の花 ミカン缶 130 kcal	ハンバーグ ナポリタン ポテトサラダ カニしぐれ りんごダイス缶 218 kcal	海老チーズカツ 五目ひじき ポークチャップ 華詩 ぶちもっちな(いちご) 241 kcal	チキン竜田揚げ 南瓜サラダ ツナ大根 星型杏仁豆腐 194 kcal	ねぎ塩焼き肉 白和え 切り昆布の煮物 カニしぐれ りんごブチケーキ 209 kcal
27日	28日	29日	30日	31日	
ソース入りメンチカツ 酢の物 味噌炒め 半月かまぼこ グレープフルーツ 185 kcal	鶏の唐揚げ マカロニサラダ じゃが煮 りんご 241 kcal	イカハンバーグ天 さつま芋のサラダ ブルコギ風 タコウイナー ミカン 271 kcal		<p>今年一年間御愛食頂き 誠に有難うございました。 来年もどうぞよろしく お願い致します。</p>	

仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください

* 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