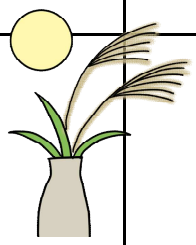
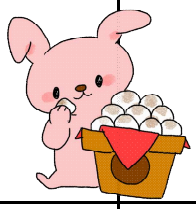
9 月 献 立 表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日	2日
				海老カツ フレンチサラダ 金平ごぼう みかん缶 172 kcal	ハムステーキ ごま和え カニ豆腐風 フルーツMIX缶 122 kcal
4日	5日	6日	7日	8日	9日
チキンステーキ オイスター炒め 五目ひじき煮 とまとさつまちゃん マンゴープリン 144 kcal	イカハンバーグ 青しそサラダ 豚肉と秋野菜の味噌炒め ぶどうゼリー 192 kcal	たまごオニオンコロッケ ピーナツ和え 焼き肉 半月かまぼこ パイン缶 153 kcal	サワラの西京焼き 酢の物 山菜の煮物 いちごプチケーキ 118 kcal	ヒレカツ イタリアンサラダ ツナじゃが煮 華詞 キャンディーチーズ 186 kcal	さつまいもフライ マカロニサラダ 塩焼き肉 オレンジ 246 kcal
11日	12日	13日	14日	15日	16日
白身フライ 野菜炒め 大根と豚肉のうま煮 みかん缶 155 kcal	茄子の天ぷら 根菜金平 すき焼き風煮 タコウィンナー キャンディチーズ 204 kcal	鶏肉の唐揚げ 甘酢和え 煮浸し 黄桃缶 139 kcal	ハムチーズフライ 春雨サラダ ポークチャップ 切干大根煮 黄桃缶 213 kcal	ハンバーグ きのこソース ビーンズサラダ ジャーマンポテト パイン缶 173 kcal	チキンカツ おかか煮 味噌炒め 半月かまぼこ グレープフルーツ 136 kcal
18日	19日	20日	21日	22日	23日
	メンチカツ ピーナツ和え 根菜金平 リンゴダイス缶 171 kcal	アジの塩焼き 中華風酢の物 チャプチェ風 赤かぶさつまちゃん いちご杏仁豆腐 174 kcal	とんかつ 野菜サラダ カレー みかん缶 224 kcal	チキンステーキ 厚焼き玉子 ツナ大根 タコウィンナー マンゴープリン 188 kcal	
25日	26日	27日	28日	29日	30日
豆腐ハンバーグ ナムル風 酢豚 キャンディチーズ 171 kcal	赤魚の味醂焼き 根菜サラダ 昆布の煮物 切り出し豚 黄桃缶 115 kcal	ハムカツ マカロニサラダ 肉じゃが パイン缶 235 kcal	ハンバーグ ゆかり和え 切干大根煮 半月かまぼこ いちごプチケーキ 155 kcal	イカカツ おかか和え 麻婆豆腐 りんごダイス缶 188 kcal	クリームコロッケ コールスローサラダ 昆布と大豆の煮物 カニしぐれ キウイフルーツ 150 kcal

☆仕入れの都合により献立を変更する場合が御座います。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