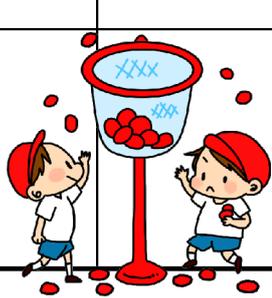


10月献立表

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	5日
	ソーセージカツ 春雨サラダ 肉じゃが みかん缶 210kcal	鶏肉の唐揚げ さつまいもサラダ 根菜金平 カニしぐれ パイ缶 240kcal	ますの塩焼 酢の物 肉豆腐 マンゴープリン 161kcal	イカ紫蘇チーズフライ ポークビーンズ 野菜炒め 半月かまぼこ リンゴダイス缶 197kcal	サバの塩焼 青しそサラダ 麻婆大根 フルーツMIX缶 139kcal
7日	8日	9日	10日	11日	12日
鶏肉の天ぷら ポテトサラダ 切干大根煮 ぶどうゼリー 175kcal	肉詰めいなり 中華サラダ チンジャオロース 人参さつまちゃん キャンティチーズ 179kcal	牛おじコロッケ 野菜サラダ 昆布の煮物 みかん缶 153kcal	ハンバーグきのこソース 大根サラダ コンソメ煮 豚スライス パイ缶 148kcal	ホッケ塩焼き 酢の物 味噌炒め もっちゃんいちご 152kcal	メンチカツ 花野菜ソテー 山菜炒め煮 オレンジ 159kcal
14日	15日	16日	17日	18日	19日
スポーツの日 	ソースカツ マカロニサラダ 金平ごぼう マンゴープリン 229kcal	ホッケ西京焼 花野菜サラダ 中華旨煮 人参さつまちゃん りんごダイス缶 155kcal	豆腐ステーキ たらこ和え 茄子と豚肉の味噌炒め ぶどうゼリー 210kcal	炊き込みご飯 ごまおさつフライ 甘酢和え 卵の花 キャンティチーズ 184kcal	ハムカツ 中華和え 炒り豆腐 グレープフルーツ 165kcal
21日	22日	23日	24日	25日	26日
サバの塩焼 ゆかり和え おかか煮 もっちゃんいちご 138kcal	ハンバーグ かぼちゃサラダ クリーム煮 花かまぼこ みかん缶 163kcal	豆腐ナゲット 海藻サラダ ピビンバ風焼肉 パイ缶 122kcal	ヒレカツ フレンチサラダ カレー 半月かまぼこ マンゴープリン 220kcal	白身天ぷら 和風サラダ 昆布の煮物 リンゴダイス缶 143kcal	野菜コロッケ キャベツの和え物 ハヤシ フルーツMIX缶 191kcal
28日	29日	30日	31日		
すき焼き風コロッケ 玉子焼き そばろ煮 豚スライス ぶどうゼリー 161kcal	ホッケ西京焼き 中華サラダ 麻婆豆腐 キャンティチーズ 148kcal	トマトベーコンフライ フレンチサラダ ツナじゃが煮 カニしぐれ みかん缶 186kcal	南瓜コロッケ マカロニサラダ 切干大根煮 パイ缶 159kcal		

☆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