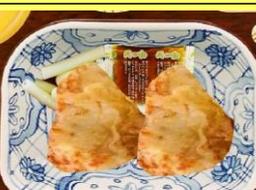


表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料8品目が含まれている可能性があります。 ※ お米は国内産を使用しています

<p>2月 23日(月)</p>  <p><b>エビマヨネーズ風コロッケ</b>                  マカロニソテー 沢庵漬                  スパサラダ (マスタード入)                  揚げしゅうまいおろしソースかけ                  にともやしのおぼろ炒め                  若布とシーグレイスの酢の物</p> <p>エネルギー 410 kcal 炭水化物 38.1 g                  蛋白質 9.8 g 食塩相当量 3.0 g                  脂 質 24.3 g</p>		<p>2日(月)</p>  <p><b>豚肉のから揚げ</b>                  ペンネソテー かっぱ漬                  たらこスパゲティ                  筑前煮                  いんげんのみそマネズ 和え                  さつまあげ</p> <p>エネルギー 309 kcal 炭水化物 26.2 g                  蛋白質 15.3 g 食塩相当量 2.1 g                  脂 質 15.9 g</p>	
<p>24日(火)</p>  <p><b>トンカツ</b>                  スパゲティソテー きざみつぼ漬                  フレンチポテト                  ビーフソテー                  チンゲン菜の煮付                  かつおのたらまあえ</p> <p>エネルギー 387 kcal 炭水化物 34.8 g                  蛋白質 13.4 g 食塩相当量 2.6 g                  脂 質 21.5 g</p>		<p>3日(火)</p>  <p><b>チキン甘辛揚げ</b>                  マカロニソテー みかん缶                  小袋タルタルソース 桜漬                  エビフライ                  やきそば                  チンゲン菜と人参のナムル</p> <p>エネルギー 463 kcal 炭水化物 33.4 g                  蛋白質 13.1 g 食塩相当量 2.4 g                  脂 質 30.8 g</p>	<p><b>注目!</b></p>
<p>25日(水)</p>  <p><b>とり天</b>                  マカロニソテー しばかっぱ漬                  かきあげ天ぷら                  トマトソースパスタ                  ほうれん草とコーンソテー                  レンコンサラダ</p> <p>エネルギー 413 kcal 炭水化物 30.4 g                  蛋白質 16.0 g 食塩相当量 2.4 g                  脂 質 25.3 g</p>		<p>4日(水)</p>  <p><b>たこキャベツカツ</b>                  スパゲティソテー しばかっぱ漬                  水餃子南蛮ソースかけ                  きのことサワークリームのサラダ                  切干大根サラダ                  小松菜のピザ和え</p> <p>エネルギー 221 kcal 炭水化物 30.8 g                  蛋白質 8.3 g 食塩相当量 1.8 g                  脂 質 7.4 g</p>	
<p>26日(木)</p>  <p><b>ハンバーグ オニオンソースかけ</b>                  ペンネソテー かっぱ漬                  三角チーズポテトフライ                  五宝菜                  ひじきの炒め煮                  ブロッコリーのピザ和え</p> <p>エネルギー 299 kcal 炭水化物 29.7 g                  蛋白質 17.0 g 食塩相当量 2.7 g                  脂 質 14.6 g</p>		<p>5日(木)</p>  <p><b>若鶏の照焼</b>                  ペンネソテー きざみつぼ漬                  ツナマヨフライ                  焼きラーメン風                  きゅうりと若布の酢の物                  いんげん甘辛煮</p> <p>エネルギー 394 kcal 炭水化物 30.4 g                  蛋白質 18.2 g 食塩相当量 1.9 g                  脂 質 20.9 g</p>	
<p>27日(金)</p>  <p><b>クリーミーコロッケ</b>                  スパゲティソテー 桜漬                  玉子焼                  マカロニナポリタン                  青梗菜としめじのさっぱり和え                  若布のピリ辛ナムル</p> <p>エネルギー 305 kcal 炭水化物 30.7 g                  蛋白質 8.9 g 食塩相当量 2.4 g                  脂 質 16.1 g</p>		<p>6日(金)</p>  <p><b>豚肉の粒マスタード揚</b>                  マカロニソテー かっぱ漬                  スパゲティサラダ                  キムチ炒め                  金平ごぼう                  揚げ出し豆腐の梅あんかけ</p> <p>エネルギー 318 kcal 炭水化物 25.1 g                  蛋白質 15.5 g 食塩相当量 2.8 g                  脂 質 17.6 g</p>	
<p>28日(土)</p>  <p><b>ハムカツ</b>                  ペンネソテー 沢庵漬                  シルバーサラダ                  もやしと豚挽肉のカレーしょうゆ                  小松菜の卵とじ                  高野煮付</p> <p>エネルギー 335 kcal 炭水化物 34.1 g                  蛋白質 11.6 g 食塩相当量 3.6 g                  脂 質 17.1 g</p>		<p>7日(土)</p>  <p><b>白身魚フライ</b>                  スパゲティソテー 桜漬                  チヂミ                  ほうれん草とベーコンのトマトクリーム和え                  いんげんと卵のサラダ                  大根のしそ甘酢和え</p> <p>エネルギー 242 kcal 炭水化物 27.1 g                  蛋白質 10.8 g 食塩相当量 2.9 g                  脂 質 9.9 g</p>	
<p>3月 1日(日)</p>  <p><b>お楽しみメニュー</b>                  マカロニソテー しばかっぱ漬                  お楽しみメニュー-2                  しそ風味パスタ                  ほうれん草と鶏肉のとりみソテー                  金時豆</p> <p>エネルギー 115 kcal 炭水化物 21.3 g                  蛋白質 4.3 g 食塩相当量 1.4 g                  脂 質 2.2 g</p>		<p>8日(日)</p>  <p><b>お楽しみメニュー</b>                  ペンネソテー きざみつぼ漬                  お楽しみメニュー-2                  豚肉ともやしの甘辛炒め                  春雨の酢の物                  梅ザーサイ</p> <p>エネルギー 152 kcal 炭水化物 11.4 g                  蛋白質 3.9 g 食塩相当量 3.2 g                  脂 質 10.1 g</p>	

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

≪スペシャルメニュー≫  
 ・チキン甘辛揚げ・小袋タルタルソース  
 ・エビフライ



喫食後のお弁当箱の中に箸やフタごみ等を入れないようにお願いいたします

※この献立表はホームページにも掲載しています。「瀬戸内フーズ」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。



いいごはん  
 フリーダイヤル 0120-98-1158  
 URL⇒<https://setouchifoods.jp>

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料8品目が含まれている可能性があります。 ※ お米は国内産を使用しています

<p>2月 9日(月)</p> <p><b>若鶏のブラックペッパー焼</b></p>  <p>ペンネソテー 沢庵漬              ハムボテフライ              豚ワカメ              春雨マヨサラダ              ナグツ菜のオム和え</p> <p>エネルギー 388 kcal 炭水化物 23.7 g              蛋白質 26.4 g 食塩相当量 1.9 g              脂質 23.3 g</p>	<p>16日(月)</p> <p><b>白飯 (ふりかけ付き)</b></p>  <p>豚肉のオムカレー風味唐揚げ ほうれん草とめじろのソテー              ペンネソテー 桜漬              ホタテ風味カツ              トマトクリームソースパスタ              切干大根とパプリカの酢の物</p> <p>エネルギー 731 kcal 炭水化物 115.3 g              蛋白質 24.0 g 食塩相当量 3.5 g              脂質 19.5 g</p>
<p>10日(火)</p> <p><b>ごちそうメンチ</b></p>  <p>マカロニソテー しばかつぱ漬  <small>ワと塩昆布のバター醤油ソテー</small>              キャベツと若布のサラダ              ひじき煮付              落としあげ</p> <p>エネルギー 340 kcal 炭水化物 33.6 g              蛋白質 12.5 g 食塩相当量 2.7 g              脂質 17.6 g</p>	<p>17日(火)</p> <p><b>ハバ-グケチャップライスかけ</b></p>  <p>スパゲティソテー かつぱ漬              白身魚フライ              牛焼肉風炒め              卵と木くらげのソテー              ブロccoliのごまあえ</p> <p>エネルギー 316 kcal 炭水化物 40.1 g              蛋白質 19.8 g 食塩相当量 2.8 g              脂質 15.0 g</p>
<p>11日(水)</p> <p><b>豚肉の香味が-リックオイル焼</b></p>  <p>スパゲティソテー きざみつぼ漬              マカロニと野菜のサラダ              もやしチンジャオロース  <small>糸こんにゃくといんげんの炒め煮</small>              とうもろこしのつまみ揚げ</p> <p>エネルギー 374 kcal 炭水化物 21.5 g              蛋白質 17.2 g 食塩相当量 2.0 g              脂質 23.0 g</p>	<p>18日(水)</p> <p><b>タンドリーチキン唐揚</b></p>  <p>マカロニソテー きざみつぼ漬              鮭のチーズソースパスタ              シューマイ              小松菜辛子あえ              煮豆</p> <p>エネルギー 511 kcal 炭水化物 41.4 g              蛋白質 24.4 g 食塩相当量 2.1 g              脂質 27.5 g</p>
<p>12日(木)</p> <p><b>ヒレカツ</b></p>  <p>ペンネソテー かつぱ漬              プレーンオムレツ              梅と塩昆布の和風パスタ  <small>ちんげん菜と鶏肉の豆板醤炒め</small>              カリカリ山くらげ</p> <p>エネルギー 352 kcal 炭水化物 32.1 g              蛋白質 15.0 g 食塩相当量 3.4 g              脂質 17.5 g</p>	<p>19日(木)</p> <p><b>炊き込み飯</b></p>  <p>牛肉コロッケ 揚げ出し豆腐の絆 リースかけ              スパゲティソテー 沢庵漬              コールスローサラダ              ペンネナポリタン              若布の中華和え</p> <p>エネルギー 690 kcal 炭水化物 122.4 g              蛋白質 16.1 g 食塩相当量 6.9 g              脂質 15.0 g</p>
<p>13日(金)</p> <p><b>鶏肉の立田揚</b></p>  <p>マカロニソテー 桜漬  <b>スパイシーソーセージカツ</b>              豚肉とスナップの黒胡椒炒め              小松菜とさつま揚げのピリ辛煮              高野豆腐の卵とじ</p> <p>エネルギー 465 kcal 炭水化物 37.4 g              蛋白質 20.7 g 食塩相当量 3.8 g              脂質 25.1 g</p>	<p>20日(金)</p> <p><b>若鶏のバターグリル</b></p>  <p>ペンネソテー 桜漬              青じそツナパスタ              ミートオムレツ              切干大根のごま酢あえ              小松菜おひたし</p> <p>エネルギー 424 kcal 炭水化物 27.4 g              蛋白質 24.0 g 食塩相当量 3.0 g              脂質 24.4 g</p>
<p>14日(土)</p> <p><b>すきやき風フライ</b></p>  <p>スパゲティソテー きざみつぼ漬              マーボーじゃがいも              ツナのクリームペンネ              竹輪とほうれん草卵とじ  <small>野菜と豆腐のふんわりナゲット</small></p> <p>エネルギー 381 kcal 炭水化物 38.7 g              蛋白質 11.0 g 食塩相当量 2.5 g              脂質 20.4 g</p>	<p>21日(土)</p> <p><b>アジフライ</b></p>  <p>マカロニソテー しばかつぱ漬              竹輪の利久揚  <small>ほうれん草とパプリカのバター炒め</small>              レンコンのコチュマヨサラダ              いんげんのごまみそ和え</p> <p>エネルギー 344 kcal 炭水化物 35.5 g              蛋白質 13.3 g 食塩相当量 2.4 g              脂質 16.9 g</p>
<p>15日(日)</p> <p><b>お楽しみメニュー</b></p>  <p>マカロニソテー 沢庵漬              お楽しみメニュー-2              鶏と小松菜の塩パスタ              れんこんサラダ              大根と油揚げの煮付</p> <p>エネルギー 111 kcal 炭水化物 17.1 g              蛋白質 4.4 g 食塩相当量 1.8 g              脂質 3.4 g</p>	<p>22日(日)</p> <p><b>お楽しみメニュー</b></p>  <p>スパゲティソテー きざみつぼ漬              お楽しみメニュー-2              ひき肉と豆腐のにら炒め              小松菜のオム和え              たこ焼き</p> <p>エネルギー 181 kcal 炭水化物 16.1 g              蛋白質 7.9 g 食塩相当量 1.4 g              脂質 9.1 g</p>

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

◀新メニュー▶  
 2月13日(金)  
 ・スパイシーソーセージカツ

喫食後のお弁当箱の中に箸やフタごみ等を入れないようお願いいたします

※この献立表はホームページにも掲載しています。「瀬戸内フーズ」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。



いいごはん  
 フリーダイヤル 0120-98-1158  
 URL⇒<https://setouchifoods.jp>