

御満足頂ける食事を **心** を込めて... /

**ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわっています！**

**別注文、幕内弁当、承ります！
 お電話ください！**



ごはん：370kcal

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
9/2 (月)	・ミンチカツ甘辛ソース ・海苔ねぎオムレツ ・粗挽きウインナー ・粉吹き芋 ・その他		エネルギー：407kcal たんぱく質：15.4g 脂質：20.4g 炭水化物：41.3g 食塩相当量：6.2g
9/3 (火)	・チンジャオロース ・ハンバーグ ・蓮根カレーフライ ・すり身海苔巻 ・その他		エネルギー：482kcal たんぱく質：19.0g 脂質：25.3g 炭水化物：33.6g 食塩相当量：2.9g
9/4 (水)	・チキン南蛮 ・胡瓜若布カニカマ酢 ・がんも大根旨煮 ・佃煮 ・その他		エネルギー：400kcal たんぱく質：17.0g 脂質：15.7g 炭水化物：42.9g 食塩相当量：4.2g
9/5 (木)	・肉団子の甘酢餡かけ ・ロース豚カツ ・マカロニサラダ ・カニカマ天 ・その他		エネルギー：495kcal たんぱく質：14.2g 脂質：21.6g 炭水化物：48.5g 食塩相当量：4.0g
9/6 (金)	・カニクリームコロッケ ・南瓜と椎茸煮 ・チンゲン菜炒め ・筍ちりめん ・その他		エネルギー：381kcal たんぱく質：11.5g 脂質：19.6g 炭水化物：41.8g 食塩相当量：3.7g

**ソースが甘辛で
 カツに合う！**

**クリームがとろけて
 美味しい！**

**ご飯は毎日ガス炊飯！
 こだわり、手間かけています！**

日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
9/9 (月)	・照り焼きハンバーグ ・ポテトサラダ ・鶏から揚げ ・かに風焼売 ・その他		エネルギー：413kcal たんぱく質：18.0g 脂質：20.2g 炭水化物：46.8g 食塩相当量：3.9g
9/10 (火)	・海老チリソース ・南瓜豆腐ハンバーグ ・薩摩揚げ ・カップ明太 ・その他		エネルギー：278kcal たんぱく質：10.1g 脂質：9.4g 炭水化物：30.3g 食塩相当量：3.1g
9/11 (水)	・茄子と牛肉ピリ唐炒め ・野菜コロッケ ・照り焼きチキン ・厚焼き玉子 ・その他		エネルギー：371kcal たんぱく質：18.4g 脂質：19.7g 炭水化物：31.6g 食塩相当量：2.3g
9/12 (木)	・イカフライ ・塩焼きそば ・炭火つくね串 ・きやらぶき ・その他		エネルギー：339kcal たんぱく質：13.5g 脂質：12.7g 炭水化物：36.4g 食塩相当量：3.9g
9/13 (金)	・フライドチキン旨塩 ・海鮮チヂミ ・ブロッコリー餡かけ ・野沢菜チリメン ・その他		エネルギー：412kcal たんぱく質：19.2g 脂質：21.9g 炭水化物：33.2g 食塩相当量：4.3g

**エビがフリットとして
 美味しい！**

**フライドチキン
 美味しい！**

仕入れの都合により一部変更の場合があります

仕入れの都合により一部変更の場合があります

大学推薦入試での合格を目指すなら【褒めて伸ばす個別指導、京進の個別指導スクール・ワン！】
 詳しくは「スクール・ワン」で検索♪



大阪府内38教室



協賛広告

