

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)
12/23 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>海老フライ</li> <li>マカロニサラダ</li> <li>黒酢つくね</li> <li>クリーミーコロケ</li> <li>その他</li> </ul>		エネルギー：418kcal たんぱく質：12.2g 脂質：21.0g 炭水化物：36.7g 食塩相当量：4.1g
12/24 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>フライドチキン旨塩</li> <li>粉吹き芋カレー</li> <li>さつま揚げ</li> <li>小松菜煮物</li> <li>その他</li> </ul>		エネルギー：483kcal たんぱく質：17.5g 脂質：20.3g 炭水化物：35.8g 食塩相当量：3.5g
12/25 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>ハムマヨサラダ</li> <li>粗挽きウィンナー</li> <li>焼きそば</li> <li>八幡巻き</li> <li>その他</li> </ul>		エネルギー：416kcal たんぱく質：11.4g 脂質：21.7g 炭水化物：40.5g 食塩相当量：3.1g
12/26 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚肉生姜焼き</li> <li>海鮮チヂミ</li> <li>薩摩芋ボール</li> <li>ちくわ磯辺天</li> <li>その他</li> </ul>		エネルギー：527kcal たんぱく質：16.1g 脂質：25.9g 炭水化物：38.4g 食塩相当量：4.5g
12/27 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>俵メンチカツ</li> <li>生姜ギョーザ</li> <li>ブロッコリー餡かけ</li> <li>枝豆天</li> <li>その他</li> </ul>		エネルギー：357kcal たんぱく質：14.4g 脂質：17.8g 炭水化物：30.1g 食塩相当量：3.5g

**海老がぶいぶいで  
 美味しい！**

**みんな大好き  
 フライドチキン！**

**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)
12/30 (月)	おまかせメニューとなります		
12/31 (火)	おまかせメニューとなります		
1/1 (水)	おまかせメニューとなります		
1/2 (木)	おまかせメニューとなります		
1/3 (金)	おまかせメニューとなります		

仕入れの都合により一部変更場合があります

仕入れの都合により一部変更場合があります

**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

