

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！**



日付	献立名	イメージ	栄養成分表示 (おかずのみ)
12/2 (月)	・合挽メンチカツ ・のり葱オムレツ ・スパサラダ ・筍ちりめん ・その他		エネルギー: 417kcal たんぱく質: 14.5g 脂質: 20.9g 炭水化物: 36.2g 食塩相当量: 4.8g
12/3 (火)	・フライドチキン旨塩 ・柚子豆腐バーグ ・きんぴら牛蒡 ・大根生酢 ・その他		エネルギー: 449kcal たんぱく質: 15.8g 脂質: 25.0g 炭水化物: 31.2g 食塩相当量: 3.2g
12/4 (水)	・牛チンジャオロース ・軟骨入りつくね ・小松菜胡麻和え ・ねり天 ・その他		エネルギー: 376kcal たんぱく質: 12.7g 脂質: 23.5g 炭水化物: 26.1g 食塩相当量: 2.5g
12/5 (木)	・デミグラスコロツケ ・粗挽きウィンナー ・ブロッコリー和え物 ・焼売 ・その他		エネルギー: 451kcal たんぱく質: 11.6g 脂質: 24.3g 炭水化物: 44.4g 食塩相当量: 3.0g
12/6 (金)	・鶏天ぷら甘酢かけ ・プチ海老フライ ・じゃが芋そぼろ煮 ・昆布 ・その他		エネルギー: 452kcal たんぱく質: 13.6g 脂質: 15.7g 炭水化物: 40.2g 食塩相当量: 3.8g

**ご飯が
よくすすむ！**

**とり天甘酢あん
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)
12/9 (月)	・ビーフシチューフライ ・ハムステーキ ・マカロニサラダ ・大豆佃煮 ・その他		エネルギー: 415kcal たんぱく質: 13.8g 脂質: 23.3g 炭水化物: 31.9g 食塩相当量: 3.8g
12/10 (火)	・ローズ豚カツ ・海鮮チヂミ ・インゲン味噌ピリツ和え ・若竹煮 ・その他		エネルギー: 316kcal たんぱく質: 14.8g 脂質: 11.5g 炭水化物: 39.8g 食塩相当量: 4.8g
12/11 (水)	・親子丼風煮 ・蓮根カレーフライ ・たこ焼き ・ねり天生姜 ・その他		エネルギー: 484kcal たんぱく質: 21.2g 脂質: 18.8g 炭水化物: 40.0g 食塩相当量: 3.5g
12/12 (木)	・海老カツタルタルソース ・炭火焼つくね ・肉入ワンタン ・春雨酢の物 ・その他		エネルギー: 321kcal たんぱく質: 11.5g 脂質: 12.9g 炭水化物: 37.0g 食塩相当量: 2.1g
12/13 (金)	・照り焼きハンバーグ ・うずらとウィンナー串か ・ツナとコーンサラダ ・がんも ・その他		エネルギー: 515kcal たんぱく質: 17.9g 脂質: 25.1g 炭水化物: 43.1g 食塩相当量: 3.5g

**毎回人気
どんかつ！**

**照焼ハンバーグ
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

協賛広告

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

