

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！**

**とり天甘酢あんが  
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 ・インゲン味噌ピナツ和え ・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：538kcal たんぱく質：18.8g 脂質：26.3g 炭水化物：47.5g 食塩相当量：4.7g

**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

