

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)
3/10 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・ハムポテトサラダフライ ・ミートオムレツ ・スパサラダ ・軟骨つくね ・その他 		エネルギー：392kcal たんぱく質：13.0g 脂質：20.7g 炭水化物：35.1g 食塩相当量：4.6g
3/11 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・若鶏の竜田揚げ ・ハムステーキ ・インゲン味噌ピナツ和え ・金平 ・その他 		エネルギー：386kcal たんぱく質：17.4g 脂質：19.7g 炭水化物：32.2g 食塩相当量：3.2g
3/12 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・他人丼風煮 ・チーズポテトフライ ・和風春巻き ・栄養煮 ・その他 		エネルギー：413kcal たんぱく質：13.4g 脂質：17.4g 炭水化物：34.2g 食塩相当量：1.9g
3/13 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ・スパイシーカレーカツ ・肉シューマイ ・ポテトサラダ ・ねじりこん ・その他 		エネルギー：368kcal たんぱく質：11.7g 脂質：17.3g 炭水化物：35.7g 食塩相当量：2.7g
3/14 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンカツ ・ハンバーグ ・大根のカニ風餡かけ ・若布酢 ・その他 		エネルギー：404kcal たんぱく質：15.7g 脂質：17.0g 炭水化物：37.5g 食塩相当量：5.6g

**鶏の竜田揚げ
 美味しい！**

**チキンカツ
 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)
3/17 (月)	<ul style="list-style-type: none"> ・豚ヒレカツ ・炭火烧つくね串 ・ちくわの旨煮 ・オムレツ ・その他 		エネルギー：330kcal たんぱく質：13.8g 脂質：12.8g 炭水化物：34.5g 食塩相当量：3.4g
3/18 (火)	<ul style="list-style-type: none"> ・チンジャオロース ・マカロニサラダ ・牛肉コロケ ・海苔巻天 ・その他 		エネルギー：431kcal たんぱく質：12.2g 脂質：27.7g 炭水化物：29.5g 食塩相当量：2.7g
3/19 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・帆立クリームコロツケ ・かぼちゃ煮つけ ・豆腐バーグ ・ねり天生姜 ・その他 		エネルギー：401kcal たんぱく質：10.6g 脂質：21.7g 炭水化物：36.6g 食塩相当量：3.2g
3/20 (木)	祝日はおまかせメニューとなります		
3/21 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンステーキ ・海鮮チヂミ揚げ ・大根カニカマ酢 ・金時豆 ・その他 		エネルギー：307kcal たんぱく質：17.9g 脂質：12.2g 炭水化物：24.7g 食塩相当量：3.0g

**豚ヒレかつ
 美味しい！**

**帆立クリーム
 コロケ美味しい！**

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

