

12月分 献立表

「通常のお弁当」と、ご飯少なめ野菜多めの「ヘルシー弁当」の2種類があります。
「予約制弁当申込書」にどちらかを選んでご記入ください。

月	火	水	木	金
				1
				ロールキャベツ トマトソース インゲン 胡麻和え バジルパスタ ごはん フルーツ ヘルシー弁当 484 kcal 652 kcal
4	5	6	7	8
サバのごま照焼 きのこのお浸し 小松菜ごま油炒め ごはん フルーツ ヘルシー弁当 481 kcal 649 kcal				
11	12	13	14	15
豚肉の生姜焼き ポテトサラダ パプリカマリネ ごはん フルーツ ヘルシー弁当 586 kcal 754 kcal	チキンカツ トマトソース 金平ゴボウ きのこのパスタ ごはん フルーツ ヘルシー弁当 580 kcal 748 kcal	肉じゃが コーンソテー ブロッコリー 胡麻和え きのこのごはん フルーツ ヘルシー弁当 561 kcal 704 kcal	ブリカツ もやしナムル 大根旨煮 ごはん フルーツ ヘルシー弁当 475 kcal 643 kcal	タンドリーチキン ミニコロッケ きのこのお浸し ごはん フルーツ ヘルシー弁当 588 kcal 756 kcal
18	19	20	21	22
ソースメンチカツ 人参マリネ フライドポテト ごはん フルーツ ヘルシー弁当 508 kcal 676 kcal	鶏の竜田揚げ 和風おろしソース 金平レンコン 青のりパスタ ごはん フルーツ ヘルシー弁当 485 kcal 653 kcal			
25	26	27	28	29

※ 食堂で作った焼き立てパンをメニューに取り入れました。

※ お米は国産米を使用しています。

※ 材料等の仕入れ等により献立の内容を変更する事もございます。
ご了承ください。

※ アレルギー対応は致していません。

(株)Ocean Blue Bird 経営企画管理室