

# 1月 お弁当献立表

1月16日 から 1月31日

12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
				<b>点心・おでん</b> マカロニサラダ 春雨ドレッシング和え 竹輪の磯辺炒り  352Kcal 脂質17.1g 塩分4g	おまかせメニュー
19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
<b>ハンバーグ</b> 大根田舎煮 春雨サラダ 高野豆腐の煮物	<b>とんかつ玉子とじ</b> ソース焼きそば 大根なます 昆布豆煮	<b>メバル天ぷら</b> コロッケ ひじき炒り煮 青菜煮浸し	<b>高野玉子とじ</b> メンチカツ じゃがいも煮付け 茄子の揚げびたし	<b>肉味噌麺</b> クリームコロッケ わかたけ煮 サツマ芋サラダ	おまかせメニュー
444Kcal 脂質23.6g 塩分3.9g	376Kcal 脂質18.5g 塩分2.9g	345Kcal 脂質17.6g 塩分3.8g	417Kcal 脂質21.6g 塩分3.3g	337Kcal 脂質16.6g 塩分3.2g	
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
<b>アジフライ</b> ひじき炒り煮 玉ねぎ時雨煮 ナムルもやし	<b>スタミナ炒め</b> 野菜かきあげ じゃがいも煮付け マカロニサラダ	<b>和風から揚げ</b> 中華五目煮 大根サラダ こんにゃく金平	<b>厚切りハムカツ</b> 高野含め煮 マカロニケチャップ炒め 白菜浅漬け	<b>カニクリーミィ</b> コロッケ オムレツ 青菜煮浸し 大根なます	おまかせメニュー
456Kcal 脂質21.6g 塩分4.6g	465Kcal 脂質23.8g 塩分3.3g	549Kcal 脂質34.4g 塩分2.8g	389Kcal 脂質21.2g 塩分4.7g	341Kcal 脂質17.7g 塩分4.1g	

\* ごはん1食分のエネルギーは385kcalです。

\* 当社は、契約農家で栽培された有機野菜、自社水耕栽培野菜を一部使用しております。

ご注意：・仕入の都合上、献立が変更になることがあります。

・昼食は配達当日の午後1時までにお召し上がりください。

・直射日光のある場所、極端に温度の高い所、湿気の多いジメジメした場所には置かないでください。

## ランチ花梨

姫路市香寺町中仁野502番地

TEL 079-232-3272

FAX 079-232-6683

## 神戸配送センター

兵庫県神戸市西区櫛谷町松本809-1

TEL 079-232-3272

FAX 079-232-6683