

# さくらランチ



月	火	水	木	金
			1 サバの柚子塩焼き 金平ごぼう 野菜コロッケ おくらの煮物 大根ザーサイ和え・若布の和え物 645Kcal 蛋白 23.6g 脂質 16.3g 塩分 2.6g	2 豚肉とじゃが芋味噌煮 ポテトサラダ 春雨和風ドレ和え 花形さつま煮 ブロッコリーガーリックソテー・こんにゃく煮物 658Kcal 蛋白 19.9g 脂質 16.3g 塩分 2.9g
5 一口味噌カツ 金平ごぼう 若布とキャベツのサラダ 玉子焼き 卵の花・青梗菜お浸し 671Kcal 蛋白 18.2g 脂質 17.9g 塩分 2.8g	6 唐揚げ ポテトサラダ 中華野菜ソテー 白菜ゆかり和え がんも煮・茄子のマヨ和え 736Kcal 蛋白 24.9g 脂質 24.7g 塩分 2.8g	7 和風ハンバーグ 金平ごぼう 春雨の酢の物 マカロニソテー 白和え・さつま芋煮物 662Kcal 蛋白 24.8g 脂質 9.9g 塩分 2.6g	8 タンドリーチキン ポテトサラダ 切干サラダ 小玉はんぺいの煮物 高野豆腐煮・小松菜和え物 685Kcal 蛋白 29.5g 脂質 19.0g 塩分 2.9g	9 フィッシュ南蛮 金平ごぼう 九条ネギオムレツ 山菜炒め煮 南瓜煮物・若布サラダ 587Kcal 蛋白 23.3g 脂質 11.6g 塩分 3.2g
12 サバのみりん焼き ポテトサラダ ひじき煮 肉団子 水餃子・中華春雨 652Kcal 蛋白 26.4g 脂質 16.0g 塩分 2.4g	13 豚肉のネギ塩炒め 金平ごぼう 高菜オムレツ 冬瓜の煮物 カリフラワー塩昆布和え・青梗菜炒め物 545Kcal 蛋白 22.4g 脂質 9.7g 塩分 2.4g	14 チキン南蛮 ポテトサラダ ピーマンソテー 枝豆さつま 若布味噌マヨ和え・大根煮物 748Kcal 蛋白 25.7g 脂質 22.4g 塩分 3.6g	15 豚カツ 金平ごぼう キャベツカレー炒め きのこバター醤油 竹輪煮・ブロッコリーサラダ 678Kcal 蛋白 19.0g 脂質 20.1g 塩分 2.5g	16 牛しぐれ煮おろし添え ポテトサラダ 野菜コロッケ 筍中華煮 小松菜ソテー・茄子煮物 669Kcal 蛋白 19.7g 脂質 17.0g 塩分 2.5g
19 デミソースハンバーグ 金平ごぼう 若竹煮 焼売 切干大根煮・ささげごま和え 622Kcal 蛋白 24.8g 脂質 12.9g 塩分 2.5g	20 白身フライ ポテトサラダ 春雨和風ドレ和え 玉子焼き 菜の花和え物・山菜炒め煮 651Kcal 蛋白 19.7g 脂質 16.3g 塩分 2.8g	21 豚肉のカレー炒め 金平ごぼう 塩焼きそば 茄子の揚げびたし キャベツナムル・チヂミ 601Kcal 蛋白 21.0g 脂質 10.7g 塩分 2.8g	22 麻婆豆腐 ポテトサラダ 野菜コロッケ 水餃子 白菜の味噌和え・大根の甘酢和え 705Kcal 蛋白 19.2g 脂質 18.8g 塩分 2.7g	23 チキンカツ 金平ごぼう 焼きうどん オクラ梅和え 高野豆腐煮・青梗菜中華煮 698Kcal 蛋白 25.4g 脂質 13.8g 塩分 3.3g
26 オムレツのトマトソース 金平ごぼう 刻み昆布煮 小松菜お浸し 南瓜含め煮・セロリマリネ 546Kcal 蛋白 19.7g 脂質 10.4g 塩分 2.4g	27 茄子の回鍋肉 ポテトサラダ 野菜コロッケ 筍中華煮 大根炒め煮・白菜生姜和え 680Kcal 蛋白 21.3g 脂質 17.0g 塩分 2.6g	28 ビーフメンチカツ 金平ごぼう 炊き合わせ キャベツそぼろ炒め ブロッコリーサラダ・ピーマンナムル 706Kcal 蛋白 15.3g 脂質 25.3g 塩分 2.4g	29 唐揚げ ポテトサラダ 切干煮 レンコン煮 キャロットラペ・青梗菜ソテー 710Kcal 蛋白 23.2g 脂質 21.9g 塩分 3.5g	



■食材の仕入都合により一部メニューを変更する場合がございます。

本社 TEL(0587)95-7181 FAX(0587)95-6386

■お届けしたお弁当は食品衛生上、午後1時までにお召し上がり下さい。

愛知北 TEL(0587)95-6123 FAX(0587)95-6072

■弁当容器は電子レンジにはかけられません。