

2023年11月23日～12月6日メニュー

11/23(木)	11/24(金)	11/25(土)	11/27(月)	11/28(火)	11/29(水)
	474Kカロリー	326Kカロリー	387Kカロリー	445Kカロリー	366Kカロリー
勤労感謝の日	おろし豚丼	豚肉と春雨の ヤムウンセン	いつもより大きいです!! えびかつ粒マスタードマヨ	ヘルシー十六穀米	ソースとんかつ
	いかフライ 若鶏竜田揚(2ヶ) 肉味噌麺 野菜炒め 紅生姜	カレーウフライ 絹厚揚げ豆腐煮 しば漬おからサラダ こんにゃくの土佐和え 大根の柚子皮漬 漬物	豚ロース唐揚げ甘辛たれ 挽き肉チンジャオロース 野菜酸辣湯(サンダータ)風 手作りねぎ焼 キャベツの干草漬 漬物	食物繊維・ミネラルが豊富です!! 揚げ鶏のみぞれ和え 俵メンチカツ ペネサダ 納豆・ねぎ味噌 わかめの酢の物・漬物	タンダーチキン 麻婆茄子・さけの塩焼 ボンゴレスパゲティ キャベツと人参の 野菜ドレッシング おからひじき・漬物
11/30(木)	12/1(金)	12/2(土)	12/4(月)	12/5(火)	12/6(水)
442Kカロリー	458Kカロリー	417Kカロリー	489Kカロリー	407Kカロリー	399Kカロリー
きのこ竹の 生姜炊き込み御飯	和風ポークチャップ	ピザ風 ベーコンランチかつ	煮込みハンバーグ 和風デミグラスソース	おいしいヒレかつ(2枚) すりごまソース	マイルドチャーハン
豚肉のしぐれ煮 鶏肉塩麹天ぷら いわしの南蛮漬(2ヶ) こんにゃくの味噌田楽 糖しぼり大根 ねぎマヨひじき・漬物	名古屋風チキン味噌かつ 豚汁風煮 塩焼そば 手作り大学いも 醤油味野菜炒め 漬物	鶏肉と野菜のさっぱり甘酢煮 揚げぎょうざ 塩昆布バターのスパゲティ 青唐辛子みそ 大根の生姜酢 漬物	豚ロース西京味噌焼 あじフライ 野菜のかき揚げ ごぼうと油揚げのおかずサラダ スパゲティコンソメ醤油 漬物	ホントにおいしいです!! バターチキンカレー 白身魚のマリネ 煮物(がんも・こんにゃく) 大根と人参の和風ピクルス スパゲティナポリタン・漬物	鶏わさび南蛮 ジャンボしゅうまい 中華春巻 肉味噌麺 キャベツと人参の胡麻和え もやし中華丼風・漬物

※食品衛生上お弁当は涼しいところで保管したうえで、

1時頃までに、お召し上がりください。

※個別のアレルゲンには対応していません。御理解の程よろしく願いたします。

(カロリー表示) 表中のカロリーは副食のみです。

ライスのみカロリーは388Kカロリーです。

ライスで使用しているお米は国産米です。

TEL (027)-382-7755

FAX (027)-382-0320

FAX (027)-382-0707

まごころの味 (株) 若松屋

<http://wakamatsuya-bento.com>

Gmail:wakamatsuya7755@gmail.com

