

味彩 (HP)

〔 昼食予定献立表 〕

株式会社MESファシリティーズ

三友フーズセンター

ライス(394kcal)、パン(250kcal)+ジャム約48kcal)

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

全ての献立に食物アレルギー特定原材料7品目が含まれている可能性があります。※ お米は岡山県産を使用しています

9月 13日(月)	若鶏の山賊焼	20日(月)	豚肉のだし醤油風味焼
 <p>ポイルキャバツ 桜漬 ハムチーズフライ ミートソースパンネ チゲン菜としめじの和え物 プチゼリー</p> <p>エネルギー 332 kcal 炭水化物 20.1 g 蛋白質 16.9 g 食塩相当量 1.7 g 脂質 16.8 g</p>	 <p>マカロニソテー 沢庵漬 ナスはさみ揚げ 鶏としめじのレバダ醤油炒 大根のしそ甘酢和え いんげん煮付</p> <p>エネルギー 319 kcal 炭水化物 17.9 g 蛋白質 18.0 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 18.6 g</p>		
<p>14日(火)</p> <p>エビマヨネーズ風コロッケ</p>  <p>レバダチーター 沢庵漬 出巻卵 いんげんと豚肉ピリ辛炒め 春雨の酢の物 オクラの辛子和え</p> <p>エネルギー 290 kcal 炭水化物 30.4 g 蛋白質 9.3 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 14.2 g</p>	<p>21日(火)</p> <p>若鶏かー揚げ</p>  <p>ポイルキャバツ 桜漬 肉巻 塩やきそば チンゲン菜の塩昆布あえ 梅ザーサイ</p> <p>エネルギー 349 kcal 炭水化物 20.7 g 蛋白質 15.3 g 食塩相当量 3.7 g 脂質 21.9 g</p>		
<p>15日(水)</p> <p>豚肉の利久揚げ</p>  <p>マカロニソテー 高菜漬 お好み焼き 炒り鶏 フレンチサラダ ブロッコリーのたらこあえ</p> <p>エネルギー 317 kcal 炭水化物 25.1 g 蛋白質 15.8 g 食塩相当量 1.9 g 脂質 16.5 g</p>	<p>22日(水)</p> <p>ハバダケチップソースかけ</p>  <p>パンネソテー 高菜漬 ミニマヨたまカツ 豚肉とピーマンの甘辛炒め ミニ豆腐 オクラのおかかあえ</p> <p>エネルギー 329 kcal 炭水化物 27.9 g 蛋白質 17.7 g 食塩相当量 3.7 g 脂質 17.1 g</p>		
<p>16日(木)</p> <p>ハニーマリョクチキン</p>  <p>ポイルキャバツ かつば漬 ホタテ風味カツ ペペロンチーノ ザーサイ いんげんのごまあえ</p> <p>エネルギー 363 kcal 炭水化物 27.3 g 蛋白質 14.4 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 21.6 g</p> <p style="text-align: center;">おすすめの一品</p>	<p>23日(木)</p> <p>タラの磯辺揚</p>  <p>ポイルキャバツ きざみつぼ漬 かにクリームコロッケ 和風スパゲティー ほうれん草のナムル カリフラワーとツナのサラダ</p> <p>エネルギー 310 kcal 炭水化物 22.1 g 蛋白質 15.0 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 16.8 g</p>		
<p>17日(金)</p> <p>焼肉かー 風メンチカツ</p>  <p>パンネソテー しばかつば漬 ミートオムレツ 牛肉と蓮根の香味醤油炒め きゃべつの和風サラダ チンゲン菜のボン酢あえ</p> <p>エネルギー 305 kcal 炭水化物 26.1 g 蛋白質 9.4 g 食塩相当量 2.5 g 脂質 16.2 g</p>	<p>24日(金)</p> <p>若鶏のバターグリル</p>  <p>マカロニソテー しばかつば漬 エビカツ 豚肉と玉葱の山賊炒め 大根のキムチ煮 酢蓮根</p> <p>エネルギー 402 kcal 炭水化物 24.7 g 蛋白質 19.4 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 22.8 g</p>		
<p>18日(土)</p> <p>アジフライ</p>  <p>マカロニソテー 桜漬 ほうれん草とコーンのソテー 豚肉と白菜の炒め煮 牛蒡の柚子胡椒和え たこ焼き</p> <p>エネルギー 273 kcal 炭水化物 26.4 g 蛋白質 11.7 g 食塩相当量 2.5 g 脂質 13.3 g</p>	<p>25日(土)</p> <p>豚肉の山椒風味焼き</p>  <p>ポイルキャバツ 沢庵漬 ササミカツ スパゲティーサラダ じゃが芋の旨煮 オクラのわさびしょう油あえ</p> <p>エネルギー 369 kcal 炭水化物 27.1 g 蛋白質 19.8 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 19.2 g</p>		
<p>19日(日)</p> <p>焼きうどん</p>  <p>ミニむかしコロッケ かつば漬 スナップえんどう塩茹 きゅうりのゆかり和え カリフラワー土佐煮 しそ昆布</p> <p>エネルギー 220 kcal 炭水化物 32.4 g 蛋白質 7.2 g 食塩相当量 3.9 g 脂質 7.2 g</p>	<p>26日(日)</p> <p>メンチカツ</p>  <p>パンネソテー 桜漬 玉子焼き 牛肉とにんにく芽の中華炒 チンゲン菜の煮付 ブロッコリー梅のり和え</p> <p>エネルギー 354 kcal 炭水化物 27.9 g 蛋白質 16.0 g 食塩相当量 2.7 g 脂質 16.7 g</p>		

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

《新メニュー》

・エビマヨネーズ風コロッケ



冠婚葬祭、パーティー、行事・各種弁当

オードブル等のお申し込みは、

「三友フーズセンター」

いいごはん

フリーダイヤル 0120-98-1158

URL⇒<http://www.sanyufoods.jp/>

※この献立表はホームページにも掲載しています。「三友フーズセンター」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。

味彩 (HP)

〔 昼食予定献立表 〕

株MESファシリティーズ
三友フーズセンター

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)、パン(250kcal+ジャム約48kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料7品目が含まれている可能性があります。※ お米は岡山県産を使用しています

8月 30日(月)	若鶏のチーズパン粉焼	6日(月)	豚肉のシャリアピンステーキ焼
 <p>マカロニソテー しばかつば漬 目玉焼きフライ 牛肉うま煮 紅白なます オクラ塩昆布あえ エネルギー 343 kcal 炭水化物 23.7 g 蛋白質 19.7 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 18.0 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 桜漬 ツナマヨフライ バター風味のたらこスパゲティ じゃがいもコンソメ煮 いんげんの梅あえ エネルギー 294 kcal 炭水化物 23.6 g 蛋白質 14.8 g 食塩相当量 3.7 g 脂質 14.6 g</p>		
8月 31日(火)	黒毛和牛メンチカツ	7日(火)	日の丸弁当
 <p>ポイルキャベツ 桜漬 ミニオムレツサルサソースかけ 四川風ピリ辛マーボー茄子 ひじき煮付 小松菜のピリツ和え エネルギー 287 kcal 炭水化物 24.3 g 蛋白質 10.4 g 食塩相当量 2.1 g 脂質 16.7 g</p>	 <p>とり天 しそ昆布 ポイルキャベツ 彩の葉の和え かき揚げ天ぷら きざみつぼ漬 小袋天つゆ やしそば エネルギー 736 kcal 炭水化物 118.5 g 蛋白質 18.0 g 食塩相当量 5.9 g 脂質 18.8 g</p>		
9月 1日(水)	豚肉のBBQソース焼	8日(水)	二層のブラックカレーコロッケ
 <p>ペンネソテー 高菜漬 ーロサーモンタルタルフライ 鶏肉と玉葱のチリ炒め 豆腐のアヒージョ風ソテー 若布のピリ辛ナムル エネルギー 288 kcal 炭水化物 19.5 g 蛋白質 19.3 g 食塩相当量 2.4 g 脂質 14.2 g</p>	 <p>ペンネソテー しばかつば漬 さばの塩焼 豚ワカメ ほうれん草のごま和え れんこんとパプリカのサラダ エネルギー 336 kcal 炭水化物 29.0 g 蛋白質 16.9 g 食塩相当量 2.9 g 脂質 20.1 g</p>		
9月 2日(木)	マヨネーズチキン	9日(木)	豚肉の香味がーリックオイル焼
 <p>ポイルキャベツ 沢庵漬 いかフライ 和風パスタ ミニ奴豆腐 ブロッコリーのからし和え エネルギー 299 kcal 炭水化物 18.9 g 蛋白質 13.1 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 18.8 g</p>	 <p>マカロニソテー 桜漬 黒はんぺんフライ 牛肉とチカグサイのスタミナ炒め 切干大根洋風煮 大学芋 エネルギー 392 kcal 炭水化物 30.6 g 蛋白質 16.8 g 食塩相当量 2.5 g 脂質 20.1 g</p>		
9月 3日(金)	野菜コロッケ	10日(金)	若鶏のマヨパン粉焼
 <p>マカロニソテー しばかつば漬 タラの照り焼き 豚肉の中華卵炒め ほうれん草の梅肉あえ レンコンサラダ エネルギー 319 kcal 炭水化物 28.9 g 蛋白質 16.4 g 食塩相当量 3.2 g 脂質 13.3 g</p>	 <p>ポイルキャベツ 沢庵漬 三角春巻(えび入り) スパゲティナポリタン 竹輪とインゲンの煮付 ブロッコリーのおろしあえ エネルギー 398 kcal 炭水化物 33.3 g 蛋白質 22.0 g 食塩相当量 4.7 g 脂質 19.8 g</p>		
9月 4日(土)	豚肉のカレー揚げ	11日(土)	ホキのごま天ぷら
 <p>ポイルキャベツ 桜漬 チヂミ ツナと小松菜の塩パスタ 筍の卵とじ きゅうりの華風あえ エネルギー 340 kcal 炭水化物 19.4 g 蛋白質 14.8 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 21.4 g</p>	 <p>マカロニソテー かつば漬 金平ごぼう ピーマンとスナップのガーリック炒め 小松菜としめじのナムル 中華風揚げ出し豆腐 エネルギー 271 kcal 炭水化物 22.1 g 蛋白質 15.0 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 13.5 g</p>		
9月 5日(日)	いわし大葉フライ	12日(日)	八宝菜
 <p>ポイルキャベツ 沢庵漬 揚げ餃子 丼カツ煮 オクラと野沢菜の和えもの カリフラワーのマリネ エネルギー 292 kcal 炭水化物 24.2 g 蛋白質 12.8 g 食塩相当量 1.3 g 脂質 15.7 g</p>	 <p>磯辺仕上げのーロささみフライ きのこサフレクのカレー炒め ほうれんそうのおひたし 鳴門金時とリンゴのスイート揚げ きざみつぼ漬 エネルギー 238 kcal 炭水化物 27.6 g 蛋白質 11.5 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 8.9 g</p>		

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

《おすすめメニュー》

9/2(木) マヨネーズチキン



冠婚葬祭、パーティー、行事・各種弁当

オードブル等のお申し込みは、

「三友フーズセンター」

いいごはん

フリーダイヤル 0120-98-1158

URL⇒<http://www.sanyufoods.jp/>



※この献立表はホームページにも掲載しています。「三友フーズセンター」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。