

# 今月のリクエスト弁当

平成30年12月度

日	献立名	栄養価	7大アレルギー物質
3 木	バンバンジー・鮭の胡麻焼き・カレーコロッケ・ほうれん草バター炒め・里芋煮・スパゲティサラダ	エネルギー 812kcal たんぱく質 35.2 g 脂質 24.5 g 食塩 2.7 g	小麦・卵(つなぎとマヨネーズ)・乳・ゴマ・ほうれん草
4 金	ポークチャップ・鯖の照り焼き・目玉焼きフライ・青梗菜ナムル・切り干し大根・南瓜サラダ	エネルギー 853kcal たんぱく質 35.4 g 脂質 35.2 g 食塩 2.3 g	小麦・卵
5 月	豚カツおろしポン酢・鯖のみそ焼き・焼き餃子・蓮根の甘辛炒め・スナップエンドウとツナ和え・ポテトサラダ	エネルギー 836kcal たんぱく質 34.6 g 脂質 22.7 g 食塩 3.7 g	小麦・卵(マヨネーズ)
6 水	煮込みハンバーグ・タラの唐揚げ・味付け玉子・春雨中華・ブロッコリー胡麻和え・ひじきサラダ	エネルギー 789kcal たんぱく質 26.5 g 脂質 23.7 g 食塩 2.5 g	小麦・卵・ゴマ・卵(マヨネーズ)

日	献立名	栄養価	7大アレルギー物質

※献立には主要品目のみ記載しております。アレルギーの方はあらかじめご相談ください。

**【予約受付期間】** 11/22(木)、24(土)、26(月)～28(水) 各日9:00～15:00

**【オーダー方法】** ランチルームの食券販売機にて注文日数分の食券を購入し、記入済みの注文票に食券をホチキス止めし、上記期間中に食券販売機脇の予約BOXに入れてください。

- \* 1日分の金額は500円です。注文票に記入した日数と購入する食券の日数が合っているか必ずご確認ください。
- \* 食券購入時に領収書が発行されます。食券は注文票に添付し、領収書は注文票(控え)をご返却するまでお手元にて保管ください。
- \* 注文票に学年・クラス・氏名等記入漏れのないようご注意ください。
- \* 食券機は5,000円札・10,000円札は利用できませんので、1,000円札・小銭をご用意ください。
- \* このメニューは全学年共通のもので、学年行事などによって注文できない日もありますので行事予定を確認の上、ご注文ください。
- \* 食券券売機では最大19日分までの食券しか販売されていません。20日分以上の注文を希望する場合、19日分+1日分の食券を買うなどして2枚の食券の添付をお願いします。