

今月のリクエスト弁当

令和1年12月度

日	献立名	栄養価	7大アレルギー物質
2月	チキンソテートマトソース・鮭の塩焼き・メンチカツ・煮卵・ほうれん草の胡麻和え・春雨サラダ	エネルギー 833kcal たんぱく質 35.4 g 脂質 21.3 g 食塩 2.3 g	小麦・卵・ほうれん草 ごま
3火	豚カツ・サバの味噌煮・コーンクリームコロッケ・茄子の揚げびたし・ブロッコリーおかか和え・ポテトサラダ	エネルギー 830kcal たんぱく質 31.0 g 脂質 27.2 g 食塩 2.8 g	小麦・乳・卵
4水	豚肉のみそ炒め・イカフライ・シューマイ・きのこのマリネ・白菜の中華炒め・コーンサラダ	エネルギー 835kcal たんぱく質 35.8 g 脂質 25.3 g 食塩 2.3 g	小麦
5木	ハンバーグデミグラスソース・タラの唐揚げ・ピーマンの肉詰め・インゲンピーナッツ和え・里芋煮っころがし・玉子サラダ	エネルギー 857kcal たんぱく質 28.4 g 脂質 33.4 g 食塩 2.4 g	小麦・卵・落花生
6金	とりのからあげ・鰯の照り焼き・目玉焼きフライ・水菜と油揚げのお浸し・小松菜ナムル・マカロニサラダ	エネルギー 812kcal たんぱく質 25.2 g 脂質 25.7 g 食塩 2.9 g	小麦・卵

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】 11/21(木)～11/26(火) 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。(新クラスが分からない場合は新学年と氏名のみ記入してください)
- * 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す。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。