



週間献立表

Santeriz



	NEWラビー弁当	美♡ランチ		週替
3月1日 (月)	和風弁当	枝豆御飯 豚肉の薬味焼き コールスローサラダ しゅうまい 菊菜のお浸し 味噌汁(玉葱 えのき)	エネルギー 647 kcal 蛋白 29.5 g 脂質 18.1 g 塩分 2.9 g	
3月2日 (火)	カツとじ弁当	ひな寿司 白身魚のフライ 菜の花と厚揚げの甘辛煮 筍の土佐煮 つみれ汁	エネルギー 696 kcal 蛋白 33.8 g 脂質 17.2 g 塩分 4.5 g	3月3日 ひなまつり イベント食です
3月3日 (水)	☆卒業式☆ 	☆卒業式☆	エネルギー 0 kcal 蛋白 0.0 g 脂質 0.0 g 塩分 0.0 g	ご卒業おめでとう ございます 新しい門出に向かって 頑張ってください
3月4日 (木)	チキン南蛮弁当	ごはん 鯖の塩焼き ミニ天婦羅 牛肉と春雨の炒め物 切干大根とわかめの酢の物 味噌汁(小松菜 揚げ)	エネルギー 701 kcal 蛋白 31.3 g 脂質 19.1 g 塩分 3.3 g	
3月5日 (金)	おたのしみランチ	ごはん 海老フライ 白和え 筑前煮(小鉢) フルーツ(黄桃・チェリー) 味噌汁(大根 ワカメ)	エネルギー 656 kcal 蛋白 22.8 g 脂質 15.4 g 塩分 3.0 g	
3月6日 (土)	CLOSE	CLOSE	エネルギー 0 kcal 蛋白 0.0 g 脂質 0.0 g 塩分 0.0 g	

照り玉丼

仕入れの都合により献立を変更する場合があります。ご了承くださいませ。株式会社なんすい食品



週間献立表

Santeriz



	NEWラビー弁当	美♡ランチ		週替
3月8日 (月)		ごはん 鶏肉の塩麴焼き ポテトサラダ 金平れんこん ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(えのき 玉子)	エネルギー 704 kcal 蛋白 28.2 g 脂質 22.5 g 塩分 3.3 g	坦々麺
3月9日 (火)		ごはん 白身魚の甘酢あんかけ スパゲティサラダ 春巻 さつまいものレモン煮 コンソメスープ	エネルギー 735 kcal 蛋白 23.7 g 脂質 20.0 g 塩分 3.1 g	
3月10日 (水)		ごはん ポークソテー おろしソース 南瓜と厚揚げの煮物 アスパラベーコンソテー 胡瓜とカニフレークの酢の物 味噌汁(豆腐 しめじ)	エネルギー 667 kcal 蛋白 25.8 g 脂質 19.1 g 塩分 3.3 g	
3月11日 (木)	自宅学習日	自宅学習日	エネルギー 0 kcal 蛋白 0.0 g 脂質 0.0 g 塩分 0.0 g	
3月12日 (金)	自宅学習日	自宅学習日	エネルギー 0 kcal 蛋白 0.0 g 脂質 0.0 g 塩分 0.0 g	
3月13日 (土)		ごはん 牛肉とじゃが芋の中華炒め 帆立風味フライ マカロニツナサラダ 菊菜のピーナツ和え 味噌汁(白菜 わかめ)	エネルギー 709 kcal 蛋白 22.7 g 脂質 24.2 g 塩分 2.4 g	

仕入れの都合により献立を変更する場合があります。ご了承くださいませ。株式会社なんすい食品