




# 週間献立表

## Santeriz



	NEWラビー弁当	美♡ランチ		週替
4月12日 (月)		ごはん 鶏肉の柚香焼き 青梗菜のソテー 五目豆煮 ブロccoliの胡麻和え フルーツ(黄桃) 味噌汁(えのき 玉ねぎ)	エネルギー 702 kcal 蛋白質 32.8 g 脂質 18.4 g 塩分 3.1 g	
4月13日 (火)		ごはん 白身魚フライ 鶏肉の旨煮 ほうれん草のピーナツ和え コンソメスープ	エネルギー 758 kcal 蛋白質 26.1 g 脂質 22.6 g 塩分 2.8 g	
4月14日 (水)		ごはん 牛肉とじゃが芋の中華炒め 春巻(ミニ) アスパラとツナのサラダ 佃煮 中華スープ	エネルギー 648 kcal 蛋白質 24.1 g 脂質 17.6 g 塩分 2.3 g	
4月15日 (木)		ごはん かれのムニエル ポークビーンズ ぜんまいの炒め煮 味噌汁(大根 ワカメ) フルーツ(パイン)	エネルギー 613 kcal 蛋白質 30.0 g 脂質 9.2 g 塩分 2.6 g	
4月16日 (金)		ごはん 豚肉の生姜焼き 春雨の中華和え 豆ひじき 味噌汁(小松菜 揚げ)	エネルギー 735 kcal 蛋白質 27.4 g 脂質 20.4 g 塩分 3.2 g	
4月17日 (土)		おたのしみランチ	エネルギー 0 kcal 蛋白質 0.0 g 脂質 0.0 g 塩分 0.0 g	

豚キムチ丼

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
4月19日 (月)		ごはん とんかつ 炊き合わせ(がんも) ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(ふ 玉葱)	エネルギー 696 kcal 蛋白 32.3 g 脂質 13.5 g 塩分 3.0 g	トマトスパゲティ
4月20日 (火)		ごはん 鯖のカレームニエル 南瓜と豆のサラダ 茄子の味噌炒め 胡瓜と若布の酢の物 かき玉汁	エネルギー 778 kcal 蛋白 32.2 g 脂質 26.6 g 塩分 2.8 g	
4月21日 (水)		わかめご飯 鶏肉の唐揚げナッツソース えび団子の煮物 ブロッコリーの明太サラダ 佃煮 すまし汁(赤板 そうめん)	エネルギー 697 kcal 蛋白 27.9 g 脂質 20.0 g 塩分 3.0 g	
4月22日 (木)		ごはん ハンバーグ ゆで野菜のゴマ和え 五目きんぴら 味噌汁(もやし 揚げ) フルーツ(黄桃・チェリー)	エネルギー 665 kcal 蛋白 23.3 g 脂質 14.5 g 塩分 2.9 g	
4月23日 (金)		ごはん 太刀魚の南蛮漬け マカロニオーロラサラダ 麻婆茄子 金時豆 コンソメスープ	エネルギー 798 kcal 蛋白 26.2 g 脂質 27.8 g 塩分 3.0 g	
4月24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	

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