

2024年8月 われもこう弁当献立表

TEL 24-2053
TEL 0120-63-0065
FAX 24-2053

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
			1 ごはん いそべ焼きチキン きんぴら からしあえ 823Kcal	2 ごはん 赤魚のマヨ焼き 切り干し大根煮 ピーナッツあえ 691Kcal
5 ごはん ハンバーグ 五目大豆煮 ゆかりあえ 774Kcal	6 ごはん たらの甘酢漬け 土佐煮 ポテトサラダ 742Kcal	7 ごはん 鶏の親子蒸し きりぼし+ポリタン マカロニサラダ 802Kcal	8 ごはん えび千り 里芋の煮物 こんぶあえ 702Kcal	9 ごはん オイスターソース炒め かんもの含め煮 フロッコリーあえ 802Kcal
12 振替休日	13 ごはん 天麩羅 ピリ辛こんにゃく からし酢あえ 779Kcal	14	15 お盆休み	
19 ごはん とんかつ 小松菜の煮浸し 春雨の酢の物 720Kcal	20 ごはん あじカレー風味焼き 高野の含め煮 スパサラダ 764Kcal	21 ごはん ポークチャップ ひじきの炒り煮 マカロニサラダ 785Kcal	22 ごはん ホッケ葱味噌焼き 南瓜の煮物 海苔酢あえ 664Kcal	23 ごはん つくねだんご 五目ひじき 梅肉あえ 618Kcal
26 ごはん からあげ ひじきの炒り煮 スパサラダ 849Kcal	27 ごはん かに玉風 揚げなす ごまマヨあえ 682Kcal	28 ごはん 塩さば 竹輪の炒り煮 胡瓜の酢の物 620Kcal	29 ごはん 冷しゃぶ 蓮根の土佐煮 ビーフンソテー 737Kcal	30 ごはん イカフライ 炊き合わせ 中華風酢の物 787Kcal