

4月 夕食 献立表



月	火	水	木	金
 				さわら味噌漬焼 チキンカツ ひじき入り厚揚げ煮 エネルギー 459 kcal 蛋白質 29.3 g 食塩 2.7 g
4	5	6	7	8
チキン照り焼き 白身魚フライ ごぼう巻・がんも煮 厚焼玉子 エネルギー 475 kcal 蛋白質 32.0 g 食塩 4.0 g	シルバー塩麹焼 グラタンコロッケ 蓮根金平 海鮮しゅうまい エネルギー 403 kcal 蛋白質 19.6 g 食塩 2.1 g	豚ロース味噌漬焼き いかカツ 里芋・さつま揚煮 焼きはんぺん ごぼう甘辛煮 エネルギー 350 kcal 蛋白質 27.9 g 食塩 3.2 g	赤魚ソテー メンチカツ ごぼうおかか煮 照り焼き肉団子 エネルギー 411 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 3.1 g	ハンバーグ チーズオムレツ 揚げ出し豆腐 南瓜煮 エネルギー 405 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 2.7 g
11	12	13	14	15
豚肉みそだれ焼 アジフライ 金平ごぼう 厚焼玉子 エネルギー 488 kcal 蛋白質 21.7 g 食塩 3.2 g	ヒレカツ 鮭塩焼 切干大根煮 しゅうまい エネルギー 371 kcal 蛋白質 21.0 g 食塩 3.6 g	さば竜田揚げ 甘酢あんかけ つくね焼き 里芋・さつま揚煮 焼餃子 エネルギー 458 kcal 蛋白質 22.8 g 食塩 2.4 g	さわら西京味噌漬焼 春巻 蓮根金平 照り焼き肉団子 エネルギー 417 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 2.3 g	フライドチキン ホッケ汐焼き 枝豆がんも・蓮根煮 ねぎ玉子 エネルギー 426 kcal 蛋白質 30.8 g 食塩 4.0 g
18	19	20	21	22
シルバーのソテー メンチカツ かにしゅうまい 里芋・さつま揚煮 鶏肉八幡巻 エネルギー 392 kcal 蛋白質 23.1 g 食塩 3.2 g	鶏唐揚げ ジンジャーソース 赤魚のソテー ひじき煮 シーフードステーキ エネルギー 447 kcal 蛋白質 24.6 g 食塩 4.2 g	豚ロース味噌漬焼き 白身魚フライ たけのこ・ふき葱菜 厚焼玉子 エネルギー 385 kcal 蛋白質 27.0 g 食塩 3.0 g	トマト煮込みハンバーグ オムレツ 揚げ出し豆腐 南瓜煮 エネルギー 394 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 3.0 g	チキンたれ焼 チーズハンペンフライ さつま揚・がんも煮 こんにやくステーキ エネルギー 446 kcal 蛋白質 26.3 g 食塩 3.6 g
25	26	27	28	29
赤魚西京漬焼 豆腐挽肉包み天ぷら 蓮根金平 厚焼玉子 エネルギー 334 kcal 蛋白質 16.7 g 食塩 3.0 g	えびカツ ホキムニエル ひじき煮 シーフードステーキ エネルギー 366 kcal 蛋白質 34.1 g 食塩 3.7 g	ロースとんかつ ホッケ汐焼き 金平ごぼう こんにやくステーキ エネルギー 389 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 4.1 g	豚肉みそだれ焼 カレーコロッケ 里芋・高野豆腐煮 しゅうまい エネルギー 484 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.7 g	<div style="border: 2px solid red; border-radius: 50%; width: 100px; height: 100px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> 昭和の日 </div>

・材料入手の都合上、献立の一部が変更になる場合がございます。
 ・当社のお弁当には保存料などの添加物を使用しておりませんので、お早めにお召し上がりください。

最新の食品衛生管理手法を導入し**安全、安心、清潔**を実践した最新設備にて、絶対に食中毒は出さない信念でお弁当をお届けします。

表示されている栄養価は主食分を除きます。

	エネルギー	たんぱく質
小盛	320kcal	5.5g
普通	412kcal	7.0g
大盛	481kcal	8.2g

御料理 **武蔵野**
 (協同組合武蔵野給食センター)

TEL (0120)634-055

FAX (0120)634-056

HPへのアクセスは

お料理 武蔵野

検索