



6月 夕食 献立表



月	火	水	木 1	金 2
 食べものに、 もったいないを、 もういちど。 NO-FOODLOSS PROJECT 			さば竜田揚げ つくね焼 金平ごぼう 枝豆がんも エネルギー 454 kcal 蛋白質 24.8 g 食塩 3.5 g	さわら味噌焼 牛肉コロッケ 切干大根煮 厚焼玉子 エネルギー 415 kcal 蛋白質 22.3 g 食塩 4.1 g
ハンバーグ エビフライ 金平ごぼう 南瓜煮 エネルギー 430 kcal 蛋白質 18.2 g 食塩 3.7 g	赤魚西京漬焼 豆腐ひき肉包み天ぷら 蓮根金平 枝豆がんも エネルギー 360 kcal 蛋白質 19.5 g 食塩 2.4 g	豚ロース味噌だれ焼 カレーコロッケ 大根・竹輪煮 さわら塩焼 エネルギー 378 kcal 蛋白質 25.4 g 食塩 3.6 g	揚げチキン あじ塩焼 マカロニサラダ 厚焼玉子 エネルギー 458 kcal 蛋白質 22.9 g 食塩 3.4 g	さばみそ漬け焼 春巻 蓮根金平 照焼肉団子 エネルギー 451 kcal 蛋白質 20.8 g 食塩 2.9 g
シルバー西京漬焼 春巻 たけのこ惣菜 海鮮シューマイ エネルギー 373 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 3.7 g	トマト煮込みハンバーグ オムレツ 春雨サラダ かにクリームコロッケ エネルギー 406 kcal 蛋白質 19.8 g 食塩 4.1 g	豚ロース味噌だれ焼 あじフライ 蓮根金平 厚揚げ生姜焼 エネルギー 377 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 3.5 g	チキンカツ とうふ野菜ハンバーグ 切干大根煮 厚焼玉子 エネルギー 377 kcal 蛋白質 18.2 g 食塩 3.7 g	鶏味噌漬焼 白身魚フライ 春雨サラダ 南瓜煮 エネルギー 375 kcal 蛋白質 23.8 g 食塩 3.8 g
炭火焼つくね 山芋海鮮フライ ひじき煮 厚揚げ生姜焼 エネルギー 357 kcal 蛋白質 19.2 g 食塩 3.4 g	豚肉生姜焼 アジフライ 里芋・さつま煮 厚焼玉子 エネルギー 470 kcal 蛋白質 22.0 g 食塩 3.5 g	さば竜田揚 チキンソテー 中華春雨 いかもちし焼 エネルギー 391 kcal 蛋白質 23.9 g 食塩 3.4 g	ヒレカツ ホッケ塩焼 大根・竹輪煮 南瓜煮 エネルギー 320 kcal 蛋白質 17.6 g 食塩 3.1 g	チキンてり焼 南瓜チーズ天 がんも・蓮根煮 厚焼玉子 エネルギー 384 kcal 蛋白質 24.1 g 食塩 2.7 g
鯖みりん醤油漬焼 ささみフライ たこさつま・がんも煮 厚焼玉子 エネルギー 416 kcal 蛋白質 25.5 g 食塩 3.1 g	豚肉みそだれ焼 野菜コロッケ ひじき煮 いかもちし焼 エネルギー 456 kcal 蛋白質 17.2 g 食塩 4.0 g	トマト煮込みハンバーグ チーズオムレツ ひじき入り厚揚げ・ふき煮物 あじフライ エネルギー 405 kcal 蛋白質 22.1 g 食塩 3.5 g	ロースとんかつ お好みさつま揚 里芋・花さつま煮 さわら塩焼 エネルギー 450 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 4.2 g	鶏唐揚げ 塩ます 切り干し大根煮 厚焼玉子 エネルギー 423 kcal 蛋白質 25.4 g 食塩 3.0 g

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

- ・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。

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

