

# 11月 夕食 献立表

月	火 1	水 2	木 3	金 4
 NO-FOODLOSS PROJECT <b>農林水産省</b>	<b>ハンバーグ チーズオムレツ</b>  たけのこ煮 あじメンチカツ  エネルギー 361 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 4.1 g	<b>鶏唐揚げ 塩ます</b>  ひじき煮 南瓜煮  エネルギー 458 kcal 蛋白質 21.5 g 食塩 3.9 g	<div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 100px; height: 100px; margin: auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">             文化の日           </div>	<b>鶏天ぷら ホッケ塩焼</b>  マカロニサラダ 厚焼玉子  エネルギー 414 kcal 蛋白質 25.7 g 食塩 4.0 g
	7	8		9
<b>さわらムニエル チーズメンチカツ</b>  たこさつま・がんも煮 鶏八幡巻き	<b>フライドチキン 玉子ロール焼</b>  切干大根煮 さば西京漬焼	<b>豚ロースたれ焼 野菜コロッケ</b>  里芋・高野豆腐 焼きはんぺん	<b>鯖みりん醤油漬焼 春巻</b>  蓮根金平 厚焼玉子	<b>チキン南蛮 オムレツ</b>  大根煮 しゅうまい
エネルギー 454 kcal 蛋白質 25.9 g 食塩 3.6 g	エネルギー 393 kcal 蛋白質 18.6 g 食塩 4.0 g	エネルギー 418 kcal 蛋白質 26.4 g 食塩 2.9 g	エネルギー 444 kcal 蛋白質 23.2 g 食塩 2.9 g	エネルギー 382 kcal 蛋白質 22.2 g 食塩 2.9 g
14	15	16	17	18
<b>メンチカツ 赤魚味噌漬焼</b>  切り干し大根煮 南瓜煮	<b>さわらみりん醤油漬焼 豆腐ひき肉包み天ぷら</b>  金平ごぼう 海鮮シューマイ	<b>さば竜田揚げ つくね焼</b>  マカロニサラダ 焼餃子	<b>トマト煮込みハンバーグ オムレツ</b>  がんも・竹輪煮 あじフライ	<b>鶏味噌漬焼 玉子ロール焼</b>  揚げ出し豆腐 さば西京漬焼
エネルギー 400 kcal 蛋白質 19.1 g 食塩 3.6 g	エネルギー 383 kcal 蛋白質 21.2 g 食塩 2.7 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 22.6 g 食塩 3.1 g	エネルギー 416 kcal 蛋白質 24.3 g 食塩 4.0 g	エネルギー 424 kcal 蛋白質 24.6 g 食塩 3.5 g
21	22	23	24	25
<b>豚肉生姜焼 アジフライ</b>  里芋・さつま煮 煮魚	<b>鶏唐揚げ ホッケ塩焼</b>  ひじき煮 南瓜煮	<div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; width: 100px; height: 100px; margin: auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;">             勤労感謝の日           </div>	<b>ヒレカツ かれい塩焼</b>  金平ごぼう 厚揚生姜焼	<b>チキンソテー ハムチーズフライ</b>  厚揚味噌炒め 厚焼玉子
エネルギー 478 kcal 蛋白質 23.6 g 食塩 3.6 g	エネルギー 433 kcal 蛋白質 20.0 g 食塩 4.1 g		エネルギー 372 kcal 蛋白質 20.7 g 食塩 3.7 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 23.9 g 食塩 2.7 g
28	29	30		
<b>ハンバーグ エビフライ</b>  たけのこ煮 さば西京漬焼	<b>豚肉みそだれ焼 チーズはんぺんフライ</b>  絹揚げ・蓮根煮 海鮮シューマイ	<b>フライドチキン あじ塩麩焼</b>  がんも・竹輪煮 ハーフオムレツ		
エネルギー 416 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.9 g	エネルギー 455 kcal 蛋白質 20.3 g 食塩 3.4 g	エネルギー 358 kcal 蛋白質 24.7 g 食塩 3.9 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