

2月



## スペシャル 弁当



月	火	水	木	金	土
2 バーグピカタ ケチャップ とんかつ 焼きそば風スパゲティ 根菜のごっちゃ煮 333kcal 塩分 2.6g	3 バジルチキン (スチームチキン) イワシの磯辺フライ 切干大根の煮もの ミックスベジタブルサラダ 346kcal 塩分 2.4g	4 キャベツメンチカツ パンプキンキッシュ れんこん金平 インゲンと平天の煮もの 323kcal 塩分 3.0g	5 牛肉コロッケ プレーンオムレツ マカロニゆかり和え ぱりっとウインナー 397kcal 塩分 2.5g	6 ほっけの塩焼き 鶏の唐揚げ ひじきとツナのサラダ インゲンそぼろ炒め 411kcal 塩分 3.3g	7 おまかせ弁当
9 豚肉の野菜巻き アジフライ スパゲティペロンチーノ 竹輪とごぼうの煮もの 342kcal 塩分 2.2g	10 チキンフィレカツ いなりギョーザ 揚げ茄子のみそ煮 白菜としめじの煮びたし 330kcal 塩分 3.1g	11 祝日	12 ハンバーグ ケチャップ とんかつ 若竹煮 ミックスベジタブルサラダ 380kcal 塩分 2.8g	13 てりやきチキン 野菜コロッケ 金平ごぼう カレーじゃが 316kcal 塩分 3.2g	14 おまかせ弁当
16 ポークソテー和風ソース グリル風味のチキンカツ 小松菜の炒め煮 マカロニナポリタン 347kcal 塩分 2.7g	17 すきやき風煮 ハムカツ ごぼうのわさびマヨ 煮豆 352kcal 塩分 2.1g	18 チキンカツ 玉子焼き (ねぎ・紅生姜) ミニフランク ほうれん草のわさび醤油 381kcal 塩分 3.3g	19 白身魚のマヨパン粉焼き 三角はるまき 茄子とピーマンのみそ炒め おから煮 387kcal 塩分 2.5g	20 肉みそごぼうカツ 黒胡椒香るハムステーキ ピーマン金平 マカロニサラダ 359kcal 塩分 2.9g	21 おまかせ弁当
23 祝日	24 ハンバーグホワイトソース ポークウインナー 人参コロッケ (生姜風味) 揚げ茄子の煮びたし 398kcal 塩分 2.7g	25 さばの塩焼き メンチカツ プレーンオムレツ かにかまサラダ 351kcal 塩分 2.9g	26 鶏の竜田揚げ ピーマン金平 たらこマカロニ 大根と平天の煮物 382kcal 塩分 3.5g	27 豚の照焼き 牛肉コロッケ 里芋のそぼろ煮 竹輪とわかめの酢のもの 354kcal 塩分 3.1g	28 おまかせ弁当

材料の都合により変更させていただく場合がございます