

月	火	水	木	金
29 Oしろごはん/ しろごはん(ホ) Oひきにくカレー エネルギー417kcal たんぱく質11.4g	30 Oたまごふりかけごはん/ たまごふりかけごはん(ホ) Oチキンピカタ エネルギー414kcal たんぱく質11.9g	31 Oさしごはん/ さしふりかけごはん(ホ) Oえびかつ エネルギー405kcal たんぱく質16.2g	1 Oごましおごはん/ うめふりかけごはん(ホ) Oとりにくからあげ エネルギー423kcal たんぱく質12.0g	2 Oこんぶごはん/ やさいふりかけごはん(ホ) Oサバみそ エネルギー427kcal たんぱく質14.4g
5 Oたまごふりかけごはん/ たまごふりかけごはん(ホ) Oカニクリームコロッケ エネルギー408kcal たんぱく質11.2g	6 Oメーフルサンド Oロールパン Oチーズオムレツ エネルギー394kcal たんぱく質12.9g	7 Oしろごはん/ しろごはん(ホ) Oあきやささいチキンカレー エネルギー403kcal たんぱく質12.5g	8 Oさしごはん/ やさいふりかけごはん(ホ) Oしろごみフライ エネルギー419kcal たんぱく質11.6g	9 Oしろごはん/ しろごはん(ホ) Oホイコーロー エネルギー397kcal たんぱく質9.2g
12 Oこんぶごはん/ おかかふりかけごはん(ホ) Oとりにくからあげ エネルギー385kcal たんぱく質9.0g	13 Oのりごはん/ ちゃめし(ホ) Oさわらさいきょうやき エネルギー417kcal たんぱく質17.2g	14 Oおかかごはん/ うめふりかけごはん(ホ) Oえびフライ エネルギー390kcal たんぱく質10.6g	15 Oさけひじきごはん/ さけふりかけごはん(ホ) Oチキンカツ エネルギー417kcal たんぱく質17.1g	16 Oしろごはん/ しろごはん(ホ) Oマーボーとうふ エネルギー381kcal たんぱく質9.5g
19 敬老の日	20 Oしろごはん/ しろごはん(ホ) Oぎょうこほうに エネルギー411kcal たんぱく質11.1g	21 Oチーズクリームサンド Oレーズンロール Oハンバーグ エネルギー435kcal たんぱく質12.3g	22 Oせとふうみごはん/ やさしいふりかけごはん(ホ) Oアジしおやき エネルギー373kcal たんぱく質13.2g	23 秋分の日
26 Oさけごはん/ さけふりかけごはん(ホ) Oチキンピカタ エネルギー439kcal たんぱく質15.7g	27 Oたまごふりかけごはん/ たまごふりかけごはん(ホ) Oおにぎにくしょうがやき エネルギー417kcal たんぱく質11.4g	28 Oひしきごはん/ ひしきごはん(ホ) Oあかうおにつ汁 エネルギー392kcal たんぱく質17.1g	29 Oしろごはん/ しろごはん(ホ) Oチンジャオロース エネルギー437kcal たんぱく質12.3g	30 Oおかかごはん/ おかかふりかけごはん(ホ) Oいもにふう エネルギー386kcal たんぱく質12.0g

・仕入材料の都合による献立の変更はご了承ください。
・魚の骨は取り除いてありますが、気をつけてお召し上がりください。
・弊社のお弁当は当日のPM2時までにお召し上がりください。