

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
9/1 ○ゆかりごはん／ やさいふりかけ（ホ） ○ヤンニョムチキン ○ビーフソテー エネルギー412kcal たんぱく質14.7g	ピックアップ 9/18 おらさきいもコロッケ 仙台芋煮風 2 ○ごましおごはん／ しろごはん（ホ） ○ぶたねぎしおいため ○しゅうまい エネルギー395kcal たんぱく質16.7g	3 ○アップルパイ／ いなりずし ○オムレツ ○トマトスパゲッティ エネルギー421kcal たんぱく質11.1g	8 ○せとふうみごはん／ しそこんぶふりかけ（ホ） ○ハンバーグ ○たこやき エネルギー406kcal たんぱく質12.4g	29 ○しろごはん しろごはん（ホ） ○シーフードカレー ○おくらのさっぱりあえ エネルギー370kcal たんぱく質13.5g
8 ○さけごはん／ しろごはん（ホ） ○チーズメンチカツ ○わふうスパ エネルギー404kcal たんぱく質12.3g	9 ○しろごはん／ しろごはん（ホ） ○チキンカレー ○シルバーサラダ エネルギー379kcal たんぱく質14.8g	10 ○さつまいもごはん／ さつまいもごはん（ホ） ○さわらのにつけ ○やはたまき エネルギー455kcal たんぱく質15.0g	4 ○しろごはん／ しろごはん（ホ） ○チンジャオロース ○ささみチーズフライ エネルギー438kcal たんぱく質12.7g	5 ○きのこごはん／ きのこごはん（ホ） ○チキンソテー ○れんこんソテー エネルギー389kcal たんぱく質14.2g
15 敬老の日	16 ○ごましおごはん／ ごましおふりかけ（ホ） ○たらのでりやき ○ピザロール エネルギー370kcal たんぱく質16.5g	17 ○おかかごはん／ しろごはん（ホ） ○チキンカツ ○スパソテー エネルギー381kcal たんぱく質15.9g	11 ○たまごふりかけ／ しろごはん（ホ） ○カレーコロッケ ○やきうどん エネルギー389kcal たんぱく質10.8g	12 ○わかめふりかけ／ わかめごはん（ホ） ○すぶた ○チキンナゲット エネルギー399kcal たんぱく質13.5g
22 ○しろごはん／ しろごはん（ホ） ○マーボー豆腐 ○スパサラダ エネルギー405kcal たんぱく質16.6g	23 秋分の日	24 ○しろごはん／ しろごはん（ホ） ○とりにくからあげ ○ナポリタン エネルギー414kcal たんぱく質12.9g	18 ○ゆかりごはん／ しろごはん（ホ） ○むらさきいもコロッケ ○すいぎょうざ エネルギー388kcal たんぱく質9.1g	19 ○せとふうみごはん／ しろごはん（ホ） ○エビフライ ○やきそば エネルギー422kcal たんぱく質10.6g
29 ○わかめごはん／ わかめごはん（ホ） ○ハンバーグ ○フライドポテト エネルギー386kcal たんぱく質9.7g	30 ○かおりごはん／ しろごはん（ホ） ○しろみさかなフライ ○バジルレモンチキン エネルギー390kcal たんぱく質14.3g	ほっとらいす兄弟	25 ○チーズクリームサンド／ レーズンロール ○サーモンマヨフライ ○しゅうまい エネルギー402kcal たんぱく質19.0g	26 ○のりごはん／ ちゃめし（ホ） ○せんだいいもにふう ○カレーきりぼしだいこん エネルギー382kcal たんぱく質9.9g

・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。

・弊社のお弁当は保存料を使用していないので、当日のPM2時までにお召し上がりください。

・（ホ）はホットライスのごはんメニューです。

・写真はイメージであり、実際のお弁当と違う場合があります。