

2022年9月後半 B弁当献立表

※毎日お届けするお弁当は食品衛生上13時頃までにお召し上がりください。
 ※献立は仕入の都合により、一部変更させていただく場合がございますので、ご了承ください。
 ※栄養成分表示の数値は「八訂食品成分表」に基づいた当社計算数値であり、
 目安として掲載させて頂いております。

お願い

お弁当の容器は、洗浄・殺菌し繰り返し使用しております。
 お弁当以外のゴミは、「容器の損傷」「洗浄しきれない」等の原因になりますので、
 お客様ご自身で御処分いただきますよう、お願い申し上げます。
また、電子レンジ非対応のため、温める際は別容器などに移してください。



19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)
敬老の日	今月の おすすめ 牛すじコロッセ ミニオムレツ 茸と豆腐の煮物 蓮根の塩炒め 一口おはぎ	玉子サラダフライ 鱈の照焼 じゃがいものコンソメ煮 ブロッコリーのソテー オニオンコールスローサラダ	鶏唐揚 厚焼玉子 餅巾着と野菜の煮物 小松菜のソテー 紫蘇昆布佃煮	秋分の日
	エネルギー 725kcal たんぱく質 14.6g 炭水化物 138.7g 脂質 12.6g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 662kcal たんぱく質 25.7g 炭水化物 104.9g 脂質 18.6g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 654kcal たんぱく質 23.8g 炭水化物 99.4g 脂質 19.0g 食塩相当量 2.6g	
26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)
ハムポテトサラダフライ ミートオムレツ 厚揚と大根の煮物 金平ごぼう 梅肉春雨	麻婆豆腐 揚餃子 鶏肉としめじの煮物 白滝のピリ辛オイスター炒め ポテトサラダ	鶏肉のハニーマスタード焼 帆立風味カツ マカロニと茸のバターソテー 人参の胡麻煮 玉子サラダ	豚肉とピーマンの黒胡椒炒め 鱈の竜田揚 里芋のえのきあんかけ ほうれん草の辛子和え マカロニサラダ	トンテキ 一口鰯フライ シルバーサラダ チンゲン菜のオイスター炒め ねぎ塩もやし
エネルギー 792kcal たんぱく質 22.2g 炭水化物 124.8g 脂質 15.0g 食塩相当量 4.0g	エネルギー 671kcal たんぱく質 23.0g 炭水化物 107.1g 脂質 17.9g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 708kcal たんぱく質 28.3g 炭水化物 103.8g 脂質 24.4g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 597kcal たんぱく質 20.6g 炭水化物 105.6g 脂質 11.6g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 655kcal たんぱく質 18.8g 炭水化物 97.8g 脂質 21.5g 食塩相当量 2.1g

ご注文は電話もしくはFAXにてお願い致します。

TEL ; 03 - 3732 - 7451
 FAX ; 03 - 3735 - 8376



献立表はWEBでもご覧頂けます！
 メニューのおすすめポイントや、
 季節のお弁当のお知らせを
 ブログにて随時更新中です♪



厚生労働省・農林水産省
HACCP高度化基準認定工場
 **都南給食センター**

〒144-0045 東京都大田区南六郷3-15-1
<https://www.tonan-q.com>