

11月こんだてひょう

★お知らせ★

10日(火)はふりかけが付きません。

17日(火)はわかめごはんになります。

25日(水)は麦ごはんになります。

5日(木)、17日(火)は骨なしの魚を使用していますが、
小骨等に気をつけてお召し上がりください。



HACCP 高度化基準認定工場
彩の国ハサップ取組確認施設

はんきゅう

(協同組合 飯能給食センター)
〒357-0044 飯能市川寺751
TEL 042-972-5191

材料入荷の都合により献立の一部を
変更することがあります。

★ お米は国産米を使用しています。

2日(月) 豚丼 豆腐ナゲット キャベツの海苔和え テンゲン菜といかの炒め物 ★熱量372kcal ★蛋白質10.5g	3日(火) 文化の日	4日(水) エビフライ 一口ハンバーグ スパゲッティナポリタン もやしとワカメの和え物 がんも煮 ★熱量421kcal ★蛋白質12.2g	5日(木) 鯖のソテートマトソース ほうれん草ソテー チーズサラダ フルーツミックス ★熱量359kcal ★蛋白質9.3g	6日(金) 豚しゃぶサラダ スマイルポテト たらこ炒め 肉団子 ★熱量420kcal ★蛋白質13.8g
9日(月) 鶏肉のかりん揚げ 海老風味焼売 たらこマカロニソテー ブロッコリーソテー おからポテト ★熱量469kcal ★蛋白質15.6g	10日(火) ハヤシライス ハーフオムレツ カニカマサラダ 三色和え ★熱量360kcal ★蛋白質8.8g	11日(水) 豆ケチャップ煮 コーンたっぷりフライ マカロニチキン胡麻サラダ 小松菜和え ★熱量358kcal ★蛋白質8.8g	12日(木) 豚挽肉と野菜のカレーソテー チキンリング ビタミンサラダ サイダーゼリー ★熱量366kcal ★蛋白質9.2g	13日(金) 親子丼 揚げ餃子 ほうれん草と蒲鉾の胡麻和え かぼちゃ煮 ★熱量375kcal ★蛋白質10.6g
16日(月) 焼きそば お好み焼 枝豆とうもろこしのつまみ揚げ テンゲン菜とベーコンソテー おから和え ★熱量393kcal ★蛋白質9g	17日(火) 白身魚の磯辺焼き/ハムカツ ピーフン炒め 水餃子 スープ煮 胡麻胡麻サラダ わかめごはん ★熱量411kcal ★蛋白質14.5g	18日(水) ハンバーグ・クリームソース スパゲッティソテー グリーンサラダ りんごゼリー ★熱量421kcal ★蛋白質9.9g	19日(木) とんかつ味噌ソース フライドポテト ボイルブロッコリー 春雨サラダ 白菜の海苔和え ★熱量413kcal ★蛋白質10.8g	20日(金) 豚肉とキャベツの生姜炒め チキンナゲット 中華和え ちくわ煮 ★熱量379kcal ★蛋白質11.9g
23日(月) 勤労感謝の日	24日(火) 焼きうどん 星のコロッケ 大根スープ煮 たこ焼き ★熱量402kcal ★蛋白質9.6g	25日(水) キーマカレー チキンカツ フレンチサラダ キャンディチーズ 麦ごはん ★熱量410kcal ★蛋白質12.6g	26日(木) 麻婆厚揚げ 焼き餃子 かぼちゃの和風サラダ ブロッコリー中華和え ★熱量353kcal ★蛋白質10g	27日(金) ツナマヨフライ ボロニアハム 温野菜 チーズ入りコールスローサラダ ポムデュセス ★熱量438kcal ★蛋白質9.4g
30日(月) 鶏パン粉焼 星型オムレツ ミートソーススパゲッティ ほうれん草とツナのサラダ 人参焼売 ★熱量453kcal ★蛋白質16.3g				