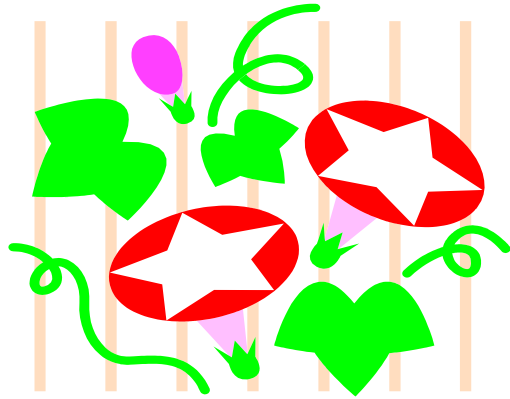


平成25年 8月度 上弁前半献立表



※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。
 ※ライスのエネルギーは350Kcalです。
 ※当センターのご飯は、長野県産を使用しております。

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

1 (木)	2 (金)	3 (土)	4 (日)	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (日)	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)
チンジャオロース 揚げ餃子 バンバンジー オニオンコールスローサラダ 杏仁フルーツ 371kcal	ハンバーグデミグラスソース サーモンフライ たまごサラダ ブロッコリーのソテー 488kcal	10 (土)	11 (日)	今月の おすすめ 特製ハムカツ ぶりの照焼き 竹の子のおかか煮 いんげんの辛子和え 小松菜のソテー 346kcal	ドライカレー エビフライ 鶏肉の唐揚げ 温泉玉子 ほうれん草の胡麻和え 455kcal	ポークソテーシャリアピンソース ナポリタン 野菜コロッケ 牛肉のスタミナ炒め 春雨中華サラダ 498kcal	今月の おすすめ 油淋鶏 チリコンカン 里芋と人参の煮物 ポテトサラダ 490kcal	酢豚 肉団子と春雨のスープ煮 ほうれん草のナムル フルーツ 368kcal	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)	19 (月)
				鶏肉のチリソース 白身魚の翡翠あんかけ 切干大根の煮物 小松菜の煮びたし 357kcal	夏季休暇	夏季休暇	夏季休暇	メンチカツ 紅鮭の塩焼き 冬瓜の海老あんかけ れんこんの金平 フルーツ 529kcal							