

給食献立表 (昼食) 能登半島地震 復興支援弁当～金沢カレー¥700 (税込) うち¥100を寄付 12/28まで実施 募金は7月末・12月末に行います

4・5月	お値打ち！サービス弁当		栄養満点！特選弁当		ボリューム！上特選		サラダにこだわり♪カロリー抑えめのレディース弁当♡	
29日 (月)	 <b>昭和の日</b> 給食(昼・夕) お休みさせていただきます		仕出し料理 正午まで 承らせて頂きます				  	
30日 (火)	カ 278 タ 9.6 炭 22.3 脂 14.7 塩 1.4	豚の天ぷら 菜の花のおひたし アジア風ビーフン炒め あさり入りいんげんと生揚げの煮物	カ 298 タ 10.4 炭 24.6 脂 15.4 塩 1.6	ぜんまいと こんにゃくの 炒め物	カ 369 タ 2.3 炭 34.4 脂 18.6 塩 1.8	フライドポテト	カ 318 タ 10.9 炭 28 脂 17.2 塩 1.7	豚の天ぷら 菜の花のおひたし アジア風ビーフン炒め あさり入りいんげんと生揚げの煮物
1日 (水)	カ 234 タ 12.7 炭 10.7 脂 14.1 塩 1.5	キスフライ 豚のくわ焼き 小松菜とベーコンの炒め物 大豆の五目煮	カ 246 タ 13.2 炭 12 脂 14.1 塩 1.7	アスパラのサラダ 	カ 276 タ 17.2 炭 12.6 脂 14.8 塩 1.8	ベビーホタテの チリソース	カ 264 タ 13.2 炭 15 脂 15.6 塩 1.7	キスフライ 豚のくわ焼き 小松菜とベーコンの炒め物 大豆の五目煮
2日 (木)	カ 330 タ 18 炭 23.1 脂 22.5 塩 2.3	茄子のはさみ揚げ 韓国風サラダ アスパラと鶏肉のくるみ炒め たけのこ、昆布、がんと煮	カ 380 タ 20.1 炭 28.5 脂 26.4 塩 2.5	いかの唐揚げ	カ 395 タ 22 炭 28.7 脂 27 塩 2.8	わかめときゅうり、 かにかま酢の物	カ 400 タ 18.1 炭 27.4 脂 22.7 塩 2.5	茄子のはさみ揚げ 韓国風サラダ アスパラと鶏肉のくるみ炒め たけのこ、昆布、がんと煮
3日 (金)	 <b>憲法記念日</b> 給食(昼・夕)・仕出し料理 お休みさせていただきます						連休中にオススメ！ 冷凍惣菜「しろくま弁当」	
4日 (土)	 <b>みどりの日</b> 給食(昼・夕)・仕出し料理 お休みさせていただきます						5月末まで春の献立 レンジで約4～5分 湯煎でも温められます (約15～20分)	

\*日の当たらない場所におき、午後2時までにはお召し上がり下さい。

\*仕入れの都合により献立が変わる場合もあります。

※メニュー内栄養成分表記について カ:カロリーkcal タ:タンパク質g 炭:炭水化物g 脂:脂質g 塩:塩分g ～おおよその**おかずのみの数値**です。メインHP  株式会社 **おかず** 株式会社

※ライスは1食260g・カ:430kcal タ:6.5g 炭:96.5g 脂:0.78g。半ライスは1食130g・カ:215kcal。レディースのライスは1食100g・カ:160kcal目安です。

★★**そば・うどん弁当** 一年中販売！ ¥530(税別) ①ライス入り②ライス無しおかず③ライス無し麺④麺大盛りは¥580(税別)

★★**焼肉 (ももスライス3枚) ・唐揚げ (もも唐揚げ3個) ・ロース (豚もも120g)** 一年中販売！ 日替わりおかず4品・漬物・ご飯

★★**産後ママ応援弁当** 産後のママにゆとりと栄養を♪ ¥650(税別)～タンパク質(手のひら面積 高さは1等位)カロリーは通常の1.5倍を目安に！

焼肉・唐揚げ・ロース・産後ママ・そば・うどん・ミート・カレーのご注文は、前日夕方5時までにお問い合わせ致します。

《お願い》弊社のお弁当箱(ミート・カレー以外)は電子レンジ対応では有りません。温める際は別の皿などに移して下さい。

各種仕出し料理・給食

株式会社 **おかず**

F417-0001 静岡県富士市今泉2527-2  
TEL 0545-52-3621  
FAX 0545-52-3628



冷凍専用ホームページ

