

おがわの献立表(昼) スパゲッティ以外の給食弁当の容器はレンジにはかけられません。温める場合は、皿などに移してレンジにかけて下さい。

2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		ヘルシーバランス良いカロリー抑えめレディース弁当♡						
10日 (月)	力	273	チキンチーズ焼き	力	320	ごぼうと蓮根の	力	365	豆腐ステーキ	力	343	チキンチーズ焼き	コブサラダ
	夕	26.5	小松菜ベーコン炒め	夕	27.1	きんぴら	夕	28.8		夕	29.8	小松菜ベーコン炒め	アボカド・豆・きゅうり・チーズ
	炭	18.2	わかめ入りオニオンサラダ	炭	25.3		炭	28.4		炭	20.2	わかめ入りオニオンサラダ	
	脂	11.2		脂	12.7		脂	15.3		脂	16.8		
	塩	2.9	かぼちゃとガンモ煮そばろあん	塩	3.3		塩	3.5	冬の人気者！鍋焼き	塩	3.2	かぼちゃとガンモ煮そばろあん	プルーン
11日 (火)	 <b>建国記念の日</b> <b>給食(昼・夕)</b> <b>お休みさせていただきます</b>		 <b>仕出し料理</b> <b>正午まで営業</b>		<b>2月11日</b> <b>建国記念の日</b>		    						
12日 (水)	力	324	ささみ味噌カツ	力	361	大学芋	力	426	菜の花としめじの	力	350	ささみ味噌カツ	レタスときゅうりサラダ
	夕	21.9	春雨と豚肉、野菜炒め	夕	22		夕	23.4	バター炒め	夕	22.3	春雨と豚肉、野菜炒め	もみ海苔トッピング
	炭	23.4	コーンと貝割れレタスサラダ	炭	33.7		炭	34		炭	26.7	コーンと貝割れレタスサラダ	
	脂	17.4		脂	19.4		脂	24		脂	18.8		
	塩	1.5	酢豚	塩	1.5	ミートスパゲッティ	塩	2.2	ミート大唐揚げ付き	塩	1.6	酢豚	ミックスフルーツ缶詰
13日 (木)	力	287	手作りハンバーグ	力	322	コーンと枝豆の	力	354	小松菜と竹輪の	力	316	手作りハンバーグ	ほうれん草とコーンの
	夕	11.5	ビーフン炒め	夕	11.3	バター炒め	夕	13.6	炒め煮	夕	11.1	ビーフン炒め	サラダ
	炭	22.8	シーザーサラダ	炭	25.1		炭	27.8		炭	25.8	シーザーサラダ	
	脂	17.9		脂	20.6		脂	22		脂	19.6		
	塩	2	ひじきと切干大根油揚げの煮物	塩	2.2		塩	2.6	焼肉弁当	塩	2.2	ひじきと切干大根油揚げの煮物	ミニゼリー
14日 (金)	力	302	鱈のフライ	力	312	オクラとほうれん草	力	345	高野豆腐と三つ葉の	力	355	鱈のフライ	ミモザサラダ
	夕	16.9	もやし、ニラ、豚肉炒め	夕	17.8	おひたし	夕	20.2	卵とし	夕	18.1	もやし、ニラ、豚肉炒め	
	炭	18.4	マカロニサラダ	炭	20		炭	22.5		炭	23.1	マカロニサラダ	
	脂	19.3		脂	19.4		脂	20.7		脂	22.7		
	塩	2.5	白菜とじゃが芋、鶏肉のクリーム煮	塩	2.8	唐揚げ弁当	塩	3.1	ロースカツ弁当	塩	2.8	白菜とじゃが芋、鶏肉のクリーム煮	ナタデココとココの実
15日 (土)	力	252	コーンコロッセ	力	299	シーフードサラダ	力	343	揚げ餃子	力	295	コーンコロッセ	温野菜のサラダ
	夕	10	茄子とピーマン豚肉入味噌炒め	夕	13.1		夕	12.6		夕	11.1	茄子とピーマン味噌炒め	ブロッコリー・人参
	炭	20.2	水菜と焼き油揚げの柚子サラダ	炭	22.2		炭	25.2	冷凍惣菜専用HP	炭	26.1	水菜と焼き油揚げの柚子サラダ	豆腐マヨソースかけ
	脂	17.1		脂	21.4		脂	22.9	3月～春の献立	脂	19.3		
	塩	1.9	おでん	塩	2.2	おがわのしろくま君	塩	2.3		塩	2.3	おでん	キウイ

\*日の当たらない場所におき、午後1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 夕: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

※ライスは1食220g・カ:343kcal 夕:5.5g 炭:81.6g 脂:0.66g。半ライスは1食110g・カ:172kcal。レディースのライスは1食100g・カ:156kcal目安です。

★★そば・うどん弁当 一年中販売！ ¥630(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¥700(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♪ ¥800(税別) ~ タンパク質(手のひら面積 高さは1.5倍位)カロリーは通常の1.5倍を目安に！

焼肉・唐揚げ・ロース・ママ・そば・うどん・ミート・鍋焼き ご注文は、前日夕方5時までお願いします。

★★お手頃弁当のおかずは、サービス弁当の欄の黄色いマーカーのおかずです。

お手頃弁当



各種仕出し料理・給食

株式会社 **おがわ**  
仕出し

〒417-0001 静岡県富士市今泉2527-2

TEL 0545-52-3621

FAX 0545-52-3628

