

# 中学1年生お弁当 メニュー表

2016年 12月

明法学院

				1日(木)	2日(金)	3日(土)
日替弁当				デミグラス ハンバーグ	肉野菜炒め	メンチカツ& 海老カツ
副 菜				エビフライ	串カツ	肉団子のチリソース
副 菜				コールスローサラダ	マカロニサラダ	たたききゅうり
漬 物				漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干
カロリー/塩分				885kcal / 3.3g	865kcal / 3.0g	857kcal / 3.0g
5日(月)		6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
日替弁当	とんかつ	ホイコーロー	チキンカツおろし煮	サーモンムニエル タルタルソース	油淋鶏	豚キムチ炒め
副 菜	目玉焼き	揚げ餃子	ちくわの磯辺揚げ	豆腐ハンバーグ	もやし炒め	つくね串
副 菜	里芋の煮物	長芋のたたき	キャベツと胡瓜の塩もみサラダ	スパゲティーサラダ	春雨サラダ	うま塩キャベツ
漬 物	漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干	漬物・梅干
カロリー/塩分	915kcal / 3.3g	814kcal / 2.7g	903kcal / 3.1g	918kcal / 2.9g	832kcal / 3.0g	846kcal / 3.0g
12(月)		13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
日替弁当	<b>自宅学習</b>		スタミナ焼肉	<b>自宅学習</b>		
副 菜			ハムカツ			
副 菜			ブロッコリーのマヨ和え			
漬 物			漬物・梅干			
カロリー/塩分			978kcal / 3.0g			
19日(月)		20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
日替弁当	<b>自宅学習</b>		シーフードフライ (サーモンフライ・イカフライ・ ホタテ風味フライ)	<b>食堂短縮営業</b>		
副 菜			ジャーマンポテト			
副 菜			ハムサラダ			
漬 物			漬物・梅干			
カロリー/塩分			962kcal / 3.2g			
26日(月)		27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
日替弁当	<b>食堂短縮営業</b>			<b>お休み</b>		
副 菜						
副 菜						
漬 物						
カロリー/塩分						

※尚、市場休場等により、メニューの内容が多少変更になる場合がありますので、ご了承下さい。

本年はご利用いただき誠にありがとうございました。  
2017年もよろしくお願い致します。