

		<p>9月1日(水) バーグピカタ&アジ紫蘇フライ 蓮根の田舎煮 チンゲン菜ソテー ウインナーソーセージ 木耳きんぴら わさび漬 E 592kcal P 16.3g F 10.8g C 103.9g Na 3.2g</p>	<p>9月2日(木) タンドリーチキン&ジャンボ餃子 チャプチェ 金平ごぼう 花型さつま揚げ 中華うり さつま芋のレモンあん E 665kcal P 16.5g F 14.8g C 111.2g Na 2.7g</p>	<p>9月3日(金) イカとなすの天ぷら おろしソース ひじきの五目煮 小松菜のソテー 甘辛肉団子 釜炊き生姜 かぼちゃ煮 E 706kcal P 17.4g F 16.2g C 119.8g Na 4g</p>
<p>9月6日(月) 国産黒毛和牛入りコロッケ ペペロンチーノ 小松菜の黒胡麻のソテー 海鮮焼売 煮物 クワイの小エビ炒め E 751kcal P 16.6g F 18.6g C 125.1g Na 2.5g</p>	<p>9月7日(火) 和風きのこハンバーグ 切干大根煮 浅利とわけぎのぬた オムレツ ポテトサラダ うぐいす豆 E 707kcal P 21.4g F 15.3g C 118.4g Na 3.8g</p>	<p>9月8日(水) アジフライ ナポリタン ター菜とザー菜の炒め物 醤油香るハムステーキ こんにゃく煮 えび入り団子 E 726kcal P 21.5g F 17g C 117.8g Na 3g</p>	<p>9月9日(木) 豚肉の生姜焼き あざりと大根の時雨煮 菜の花ソテー ささみフライ 子持ちサラダ コーン焼売 E 654kcal P 21.6g F 14.8g C 103.5g Na 3.3g</p>	<p>9月10日(金) きのこのクリーミーコロッケ&平焼き 明太スパゲティ 竹輪煮 フランクフルト チンゲン菜の炒め物 金山寺味噌 E 723kcal P 16.1g F 18.6g C 117.2g Na 3g</p>
<p>9月13日(月) ゆず胡椒チキンカツ&ハンバーグ ボンゴレスパゲティ 南瓜サラダ 厚焼き玉子 木耳昆布 さくら焼売 E 738kcal P 20.7g F 18.6g C 116.6g Na 2.8g</p>	<p>9月14日(火) 白身魚フライ 豚からとにんにくの芽の炒め物 大根サラダ 唐揚げ 青菜のソテー なめ茸 E 681kcal P 17.6g F 18.5g C 105.9g Na 2.9g</p>	<p>9月15日(水) 木須肉(ムースロー)&春巻き 中華春雨サラダ 青梗菜とザー菜の炒め物 キムチ餃子 こんにゃくステーキ 味の花 E 644kcal P 17.2g F 14.3g C 106.7g Na 3.8g</p>	<p>9月16日(木) ヒレカツ スパゲティサラダ 金平ごぼう ミートオムレツ ハムマリネ 釜炊き生姜 E 743kcal P 20.9g F 17.6g C 120.8g Na 3.1g</p>	<p>9月17日(金) 根菜つくねバーグ&鶏天 ゴーヤチャンプルー キャベツと竹輪のごま酢和え 花型さつま揚げ 金時豆 ポテトサラダ E 779kcal P 21.8g F 22.2g C 119.1g Na 4.1g</p>
<p>敬老の日</p>	<p>9月21日(火) 海老フライ&子持ちししゃもフライ ごぼうサラダ 枝豆揚げ オムレツ あっさりセロリ とうもろこし E 708kcal P 16.9g F 17.8g C 116.5g Na 2.8g</p>	<p>9月22日(水) 肉焼売の野菜あん かき揚げ 菜の花の炒め物 花型しんじょ きくらげ昆布 金山寺味噌 E 679kcal P 14.7g F 18.8g C 109.1g Na 2.3g</p>	<p>秋分の日</p>	<p>9月24日(金) 鶏唐揚げのチリソース ツイストマカロニサラダ 若芽のナムル 玉子ロール 味の花 茄子の生姜醤油 E 772kcal P 22.1g F 24.2g C 112.4g Na 4.1g</p>
<p>9月27日(月) 分厚いクラッシュハムカツ&えび入り串団子 蓮根金平 がんと煮 粗びきフランク 炒り玉子 中華うり E 792kcal P 22.1g F 24.3g C 115.7g Na 3.9g</p>	<p>9月28日(火) 鮭の塩焼き 筍のハオ炒め 竹輪の磯辺揚げ 厚焼き玉子 若芽の酢の物 チーズ餃子 E 631kcal P 21.5g F 14.9g C 100.1g Na 3.5g</p>	<p>9月29日(水) ハンバーグ&絹厚揚げの麻婆ソース 塩昆布とツナのパスタ 小松菜のソテー 水餃子 ポテトサラダ 花型さつま揚げ E 684kcal P 23.4g F 15.1g C 109.6g Na 2.9g</p>	<p>9月30日(木) ホイコーロー&ささみフライ ミニ海鮮お好み焼き 金平ごぼう オムレツ 子持ちサラダ あおさ棒 E 651kcal P 19g F 9.9g C 118g Na 3.2g</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>栄養価はごはんを含んだ数値です。 ごはん (210g)</p> <p>エネルギー量 353kcal たんぱく質 5.3g 脂質 0.6g 炭水化物 77.9g 塩分 0.0g ※ご飯は国産米を使用しています。</p> </div>

超
おすすめ



9/10(金)
きのこのクリーミーコロッケ&平焼き
きのこがコロっと入った牛乳たっぷりの
クリーミーコロッケが新登場です♥

おすすめ

9/8 (水)

アジフライ



根強い人気のアジフライと期間限定で初登場の
醤油香るハムステーキでボリュームたっぷり♥

おすすめ

9/17 (金)

根菜つくねバーグ&鶏天



リニューアルした根菜つくねバーグは
しゃきしゃきた食感とジュシさで大好評中です♪

おすすめ

9/21 (火)

海老フライ&子持ちししゃもフライ



みんな大好き海老フライとぶちぶち子持ちの
ししゃもフライのセットを是非お試しください♪