

8月menu



月	火	水	木	金
		1	2	3
		ハンバーグ デミグラスソース 717kcal たんぱく質 21.0g 脂質 21.3g 炭水化物 107.9g 塩分 3.7g	鶏天&水餃子 684kcal たんぱく質 16.3g 脂質 16.7g 炭水化物 113.3g 塩分 3.5g	冷しゃぶ 861kcal たんぱく質 20.7g 脂質 34.4g 炭水化物 112.2g 塩分 3.4g
6	7	8	9	10
根菜つくねバーグ &目玉焼き風 604kcal たんぱく質 16.9g 脂質 8.9g 炭水化物 111.4g 塩分 3.8g	鶏の唐揚げ 833kcal たんぱく質 24.3g 脂質 32.6g 炭水化物 104.2g 塩分 3.2g	家常豆腐 (ジャージャン豆腐) 693kcal たんぱく質 19.4g 脂質 18.0g 炭水化物 109.0g 塩分 3.1g	ハムマヨサラダフライ &椎茸海鮮詰めフライ 709kcal たんぱく質 17.7g 脂質 18.3g 炭水化物 115.1g 塩分 3.4g	サバの照り焼き& 肉詰めなす天ぷら 751kcal たんぱく質 19.3g 脂質 23.0g 炭水化物 110.6g 塩分 2.7g
			16	17
20	21	22	23	24
ひれかつ 658kcal たんぱく質 16.0g 脂質 17.5g 炭水化物 105.7g 塩分 2.2g	牛肉ごぼう 765kcal たんぱく質 23.9g 脂質 22.8g 炭水化物 111.9g 塩分 3.5g	秋刀魚の蒲焼き風 656kcal たんぱく質 18.9g 脂質 16.7g 炭水化物 103.3g 塩分 3.7g	ハンバーグ サルサソース 691kcal たんぱく質 17.5g 脂質 19.6g 炭水化物 107.0g 塩分 3.3g	北海道まるごと コロッケ 794kcal たんぱく質 18.3g 脂質 25.6g 炭水化物 117.8g 塩分 2.8g
27	28	29	30	31
油淋鶏 696kcal たんぱく質 19.3g 脂質 18.2g 炭水化物 109.5g 塩分 2.4g	大判肉包み野菜あん 631kcal たんぱく質 16.5g 脂質 11.0g 炭水化物 113.4g 塩分 3.9g	アジフライ 661kcal たんぱく質 17.6g 脂質 13.7g 炭水化物 111.2g 塩分 2.1g	チーズクノーデル& トマトペンネグラタン 709kcal たんぱく質 12.5g 脂質 20.5g 炭水化物 114.4g 塩分 2.6g	ダブルグリル 712kcal たんぱく質 30.0g 脂質 13.1g 炭水化物 115.3g 塩分 3.8g



心をみたく真心の味
マルコシグループ <http://www.marukosi.jp/>

**ご注文
お問い合わせ**

ごはん
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

印刷は今、通販の時代

印刷通販
ジオプリント

GEO PRINT
印刷はネットでジオプリント

Païd 法人締め払い決済できます!
激安なのに支払いも楽々

ジオプリント

お弁当の容器はレンジ対応ではありませんので、レンジによる温めは、しないようお願い致します。
食材の都合上、内容を変更する場合がございますので、予め御了承くださいませ。

★栄養価はごはんも含んだ数値です。
ごはんは全て国産のお米を使用しています。