

2020

11月 お弁当

株式会社 **山不二**
http://www.yamafuji-foods.co.jp

〒242-0025

神奈川県大和市代官3-1-4

☎ 046-268-4111

FAX: 046-268-6646

- お届けしたお弁当は13時までにお召し上がり下さい。
- 仕入の都合により、献立の内容に変更がある場合はご容赦下さい。

月

火

水

木

金

土

2 ミックスフライ
マカロニサラダ
白菜の煮びたし
金時豆
信田巻き
スペシャルランチ

エネルギー 912kcal
蛋白質 25.2g
脂質 28.5g
エネルギー 986kcal

3 
文化の日

4 酢豚
キャベツウィンナーソテー
切昆布煮
一口さつま揚げ
肉餃子
スペシャルランチ

エネルギー 812kcal
蛋白質 19.8g
脂質 25.4g
エネルギー 886kcal

5 チンジャオロース
いか野菜カツ
チキントマトオムレツ
大根と挽肉のうま煮
厚切ヒレカツ
スペシャルランチ

エネルギー 897kcal
蛋白質 23.8g
脂質 30.9g
エネルギー 982kcal

6 ポークジンジャー
なすのミートソース煮
ビーフソテー
セロリの和え物
海鮮串フライ
スペシャルランチ

エネルギー 913kcal
蛋白質 18.1g
脂質 30.1g
エネルギー 991kcal

7 鶏とレンコンの甘辛炒め
牛ごぼうフライ
スタミナバーグ
和風サラダ
ベイクドエッグパンプキン
スペシャルランチ

エネルギー 909kcal
蛋白質 20.7g
脂質 29.6g
エネルギー 950kcal

9 肉団子中華炒め
豚串カツ
子持ちしししゃもフライ
ほうれん草ツナ和え
さんま塩焼き
スペシャルランチ

エネルギー 873kcal
蛋白質 28.1g
脂質 24.5g
エネルギー 1002kcal

10 豚丼風
かぼちゃクノーデル
かにかま天ぷら
ブロッコリーとベーコンソテー
三色ミンチ巻
スペシャルランチ

エネルギー 842kcal
蛋白質 19.2g
脂質 27.7g
エネルギー 897kcal

11 麻婆豆腐
三種のチーズロール
ポークシューマイ
金平ごぼう
オマール海老のビスクフライ
スペシャルランチ

エネルギー 777kcal
蛋白質 18.2g
脂質 21.9g
エネルギー 870kcal

12 チキンクリーム煮
角ハムカツ
さつまいもフライ
焼きそば
コーン小判焼
スペシャルランチ

エネルギー 850kcal
蛋白質 20.7g
脂質 20.9g
エネルギー 892kcal

13 プルコギ
なす肉はさみフライ
のり玉子ロール
カニカマコーンサラダ
アメリカンドック
スペシャルランチ

エネルギー 921kcal
蛋白質 19.6g
脂質 30.9g
エネルギー 1014kcal

14 ホイコーロー
玉子サラダフライ
たこ焼
花野菜サラダ
とり天
スペシャルランチ

エネルギー 859kcal
蛋白質 19.4g
脂質 27.8g
エネルギー 987kcal

16 ロースとんかつ
スパイシーカレー
春雨サラダ
がんも煮
さんま塩焼き
スペシャルランチ

エネルギー 968kcal
蛋白質 17.9g
脂質 35.1g
エネルギー 1097kcal

17 すき煮
きたあかりコロッケ
白身魚西京漬け
野菜炒め
合鴨スライス
スペシャルランチ

エネルギー 805kcal
蛋白質 18.2g
脂質 26.4g
エネルギー 904kcal

18 肉じゃが
具がたっぷり春巻
ミートマカロニ
いか入りさつま
焼鳥もも串
スペシャルランチ

エネルギー 778kcal
蛋白質 18.6g
脂質 18.3g
エネルギー 820kcal

19 鶏のバター醤油炒め
手作り風メンチカツ
ツナマヨネーズオムレツ
ひじき煮
カニ足フライ
スペシャルランチ

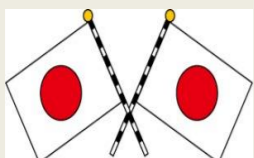
エネルギー 880kcal
蛋白質 19.1g
脂質 29.4g
エネルギー 960kcal

20 八宝菜
豚天ぷら
棒餃子
チンゲンサイソテー
鶏照り焼き
スペシャルランチ

エネルギー 861kcal
蛋白質 21.0g
脂質 30.1g
エネルギー 918kcal

21 豚肉と大根のべっこう煮
ピーマン肉詰めフライ
野菜天串
キャロットサラダ
五目巾着
スペシャルランチ

エネルギー 855kcal
蛋白質 23.4g
脂質 29.9g
エネルギー 915kcal

23 
勤労感謝の日

24 カレイ唐揚げ彩りあん
洋風切干大根
里芋とちくわ煮
キャベツの芝あえ
豚バラ野菜巻き
スペシャルランチ

エネルギー 721kcal
蛋白質 17.1g
脂質 16.3g
エネルギー 768kcal

25 ポークビーンズ
ハムチーズフライ
オニオンリングフライ
ポテトサラダ
パンケーキ抹茶クリーム
スペシャルランチ

エネルギー 889kcal
蛋白質 22.1g
脂質 32.4g
エネルギー 940kcal

26 牛肉オイスター炒め
カレーコロッケ
ドームオムレツ
そぼろごぼう
うずら串フライ
スペシャルランチ

エネルギー 848kcal
蛋白質 18.5g
脂質 28.0g
エネルギー 930kcal

27 ハンバーグ和風ソース
ワッフルポテト
ナポリタン
ポパイソテー
エビフライ
スペシャルランチ

エネルギー 882kcal
蛋白質 19.6g
脂質 28.7g
エネルギー 944kcal

28 筑前煮
海老カツ
ミニフランクフルト
いんげん胡麻和え
とうもろこしの香ばし揚げ
スペシャルランチ

エネルギー 879kcal
蛋白質 19.3g
脂質 33.3g
エネルギー 911kcal

30 豚肉中華炒め
ささみチーズフライ
大根ツナサラダ
春菊おひたし
トマトのペンネグラタン
スペシャルランチ

エネルギー 955kcal
蛋白質 30.4g
脂質 36.5g
エネルギー 1033kcal

