

レギュラー REGULAR

おいしい料理は
愛情と工夫から

今月の
メニュー

2018/7/1～7/31

ローカロリー食材

健康応援団

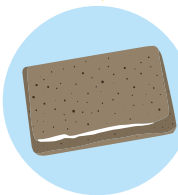
今月の登場日

3日(火)・25日(水)など

対象食材：こんにゃく

ダイエットの定番!

こんにゃくは、97%が水分で残りの3%がグルコマンナンという水溶性食物繊維です。この食物繊維は、消化されずに腸まで届き、腸内で体内の老廃物や毒素を吸収し体外に排出する働きがあります。このため、便秘予防、糖尿病予防に役立ちます。またこんにゃくはローカロリーであるため(ほとんど水分)、ダイエットに適していると言われています。



今月のおすすめメニュー!!

6日に『ハーフカレー』がお弁当に付きます。どうぞご賞味下さい。夏の食中毒防止強化月間中、炊き込みご飯の提供はございません。ご了承下さい。

2日

ビシソワーズフライ・肉団子



18日

青椒肉絲・サバの塩焼き



ごはんの栄養量は420kcal(250gあたり)です。栄養素にはごはんの成分も含まれます。

夏の食中毒防止強化月間：2018年5月1日～2018年10月31日

月 Monday

2日

ビシソワーズフライ
肉団子



790 kcal
たんぱく質 18.9g
脂質 18.0g
塩分 2.0g

9日

豆腐ハンバーグ
ウィンナーフライ



705 kcal
たんぱく質 20.5g
脂質 14.1g
塩分 2.8g



この弁当箱でご提供させていただきます。

23日

豆腐ステーキ
ハムカツ



741 kcal
たんぱく質 16.2g
脂質 17.9g
塩分 2.4g

30日

アジフライ
ミートボール



746 kcal
たんぱく質 19.5g
脂質 25.1g
塩分 2.0g

火 Tuesday

3日

フーヨーハイ
鶏の唐揚げ



802 kcal
たんぱく質 27.6g
脂質 23.9g
塩分 2.8g

10日

イカリングフライ
サワラの幽庵焼き



731 kcal
たんぱく質 24.3g
脂質 15.5g
塩分 2.4g

17日

おろし豚カツ



800 kcal
たんぱく質 19.9g
脂質 24.9g
塩分 3.3g

24日

うすら串フライ
ハンバーグ



737 kcal
たんぱく質 23.2g
脂質 14.7g
塩分 3.0g

31日

竹輪の天ぷら
しそ鶏つくね



695 kcal
たんぱく質 20.4g
脂質 11.4g
塩分 3.2g

水 Wednesday

4日

照焼きハンバーグ



732 kcal
たんぱく質 25.4g
脂質 13.8g
塩分 3.3g

11日

チキンカツ
フィッシュソーセージ



700 kcal
たんぱく質 22.4g
脂質 13.7g
塩分 3.1g

18日

青椒肉絲
サバの塩焼き



781 kcal
たんぱく質 27.8g
脂質 24.3g
塩分 2.8g

25日

豚キムチ
ホッケの塩焼き



676 kcal
たんぱく質 26.6g
脂質 13.2g
塩分 3.3g

木 Thursday

5日

卵の花フライ
鶏肉金平包み



730 kcal
たんぱく質 18.3g
脂質 12.2g
塩分 2.8g

12日

サンマの蒲焼き
ベーコンポテトバーグ



809 kcal
たんぱく質 24.8g
脂質 26.2g
塩分 2.7g

19日

ビーフカツ
海鮮焼売



681 kcal
たんぱく質 20.9g
脂質 11.9g
塩分 2.4g

26日

エビフライ
海鮮ステーキ



715 kcal
たんぱく質 16.2g
脂質 16.8g
塩分 2.4g

金 Friday

6日

ハーフカレー
白身魚フライ



813 kcal
たんぱく質 16.2g
脂質 19.8g
塩分 3.3g

13日

ハムポテトフライ
花型お好み焼き



704 kcal
たんぱく質 14.3g
脂質 12.5g
塩分 2.5g

20日

九条ネギオムレツ
春巻き



704 kcal
たんぱく質 16.1g
脂質 14.8g
塩分 2.8g

27日

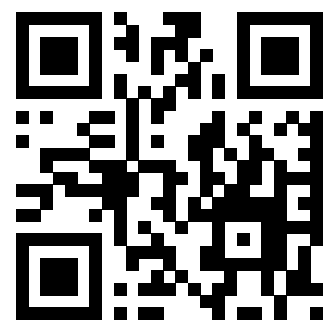
コーンコロッケ
タンドリーチキン



809 kcal
たんぱく質 22.0g
脂質 20.9g
塩分 2.7g

下記ホームページでもメニュー表を
ご覧いただけます。
是非ご利用下さい。

スマホでQRコードからアップ!



NCC 日本ケータリング株式会社

〒488-0838 愛知県尾張旭市庄中町二丁目13番地2

URL www.nihon-catering.co.jp/

TEL 0561-53-4741(代) FAX 0561-54-3279

■食材仕入の都合によりメニュー変更する場合があります。■食品衛生上当日の午後2時までにお召し上がりください。■容器は電子レンジにはかけられません。