

お弁当

今月の
メニュー

2018/10/1～10/31

おいしい料理は
愛情と工夫から

腸の中から
すっきり!

健康応援団

今月の登場日

3日水・23日火など

対象食材：さつまいも

食物繊維が豊富

さつまいもは不溶性食物繊維(セルロース)が豊富で、腸内を刺激し、さつまいもにしか含まれない栄養素(ヤラピン)が腸内の蠕動運動を促進することでお通じを良くする働きがあるとされています。また、ビタミンCがイモ類の中でも非常に多く、体の酸化を防ぐ(老化防止)の効果もあるそうです。甘くておいしいさつまいもで体も心もかくなりそうですね。

今月のおすすめメニュー!!

5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。

2日

ビーフシチュー・コロッケ・ベーコンポテトバーグ

29日

すき焼き・コロッケ・バーグピカタ



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

1日

アジフライ
鶏肉金平包み

コーヒーの日



757 kcal
たんぱく質 24.2g
脂質 28.4g
塩分 3.5g

8日

体育の日

木の日

各種パーティ、宴会、
法要などの料理も
承っております。

15日

もちもちフライ
フィッシュバーグ

きのこの日



763 kcal
たんぱく質 22.1g
脂質 16.7g
塩分 3.4g

22日

チキンカツ
もちこし焼き

カレーの日



785 kcal
たんぱく質 26.7g
脂質 17.0g
塩分 2.5g

29日

すき焼き・コロッケ
バーグピカタ

肉の日



847 kcal
たんぱく質 24.6g
脂質 23.2g
塩分 3.4g

火 Tuesday

2日

ビーフシチュー・コロッケ
ベーコンポテトバーグ

豆腐の日



851 kcal
たんぱく質 21.5g
脂質 23.7g
塩分 2.9g

9日

マヨ玉フライ
ハムステーキ

クジラの日



904 kcal
たんぱく質 20.8g
脂質 26.4g
塩分 3.3g

16日

サーモンフライ
甘酢棒団子

世界食糧デー



832 kcal
たんぱく質 23.9g
脂質 15.1g
塩分 2.7g

23日

マグロカツ
ポテトチキンロール

ふみの日



803 kcal
たんぱく質 20.7g
脂質 20.7g
塩分 3.0g

30日

フライドチキン
海鮮焼売

みその日



782 kcal
たんぱく質 19.3g
脂質 20.3g
塩分 3.3g

水 Wednesday

3日

エビカツ
照焼きハンバーグ

登山の日



833 kcal
たんぱく質 26.9g
脂質 17.2g
塩分 3.3g

10日

エビフライ
八幡巻き

まぐろの日



685 kcal
たんぱく質 22.7g
脂質 8.8g
塩分 1.9g

17日

ハンバーグ
クリームコロッケ

上水道の日



890 kcal
たんぱく質 24.8g
脂質 26.6g
塩分 3.4g

24日

味噌カツ

カツオ節の日



915 kcal
たんぱく質 30.6g
脂質 31.0g
塩分 3.2g

31日

豚肉野菜炒め
ホッケの塩焼き

ハロウィン



784 kcal
たんぱく質 31.8g
脂質 18.4g
塩分 3.3g

木 Thursday

4日

豆腐ステーキ
春巻き

いわしの日



704 kcal
たんぱく質 17.6g
脂質 14.8g
塩分 2.8g

11日

ウィンナーフライ
豆腐ハンバーグ

麺の日



763 kcal
たんぱく質 22.3g
脂質 18.6g
塩分 3.4g

18日

タコキャベツカツ
しそ鶏つくね

冷凍食品の日



730 kcal
たんぱく質 19.9g
脂質 14.6g
塩分 3.4g

25日

サケの幽庵焼き
竹輪の天ぷら

プリンの日



786 kcal
たんぱく質 24.6g
脂質 20.6g
塩分 2.5g

金 Friday

5日

ハーフカレー
チキンカツ

レモンの日



882 kcal
たんぱく質 23.6g
脂質 26.4g
塩分 3.7g

12日

サバの塩焼き
イカリングフライ

豆腐の日



854 kcal
たんぱく質 26.5g
脂質 26.4g
塩分 3.4g

19日

ハムカツ
お好み焼き

食育の日



756 kcal
たんぱく質 22.5g
脂質 16.2g
塩分 3.3g

26日

鶏の唐揚げ
フーヨーハイ

ブルーの日



880 kcal
たんぱく質 30.8g
脂質 30.5g
塩分 2.9g

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時までにお願いします。■容器は電子レンジにはかけられません。