

お弁当

今月の
メニュー

4月

2019/4/1～4/30

おいしい料理は
愛情と工夫から

食物繊維
たっぷり!

健康応援団

今月の登場日
1日(月)など

対象食材: **たけのこ**

低カロリーでおなかすっきり?

たけのこは食物繊維の豊富な食材です。食物繊維は便秘の改善、血糖値の上昇防止、コレステロールの排出により、大腸がんや糖尿病、高血圧、動脈硬化を予防する効果があります。さらに、胃や腸の中で水分を吸収して膨らみ、満腹感を与える作用から過食を防ぎ、ダイエットにも効果的です。また、カリウムの働きでむくみの解消、高血圧の予防に効果的です。ダイエット中の方や便秘の方におすすめです。



今月のおすすめメニュー!!

今月は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。
また、10日と24日は炊き込みご飯が登場します。
こちらも是非ご賞味下さい。



この弁当箱でご提供させていただきます。
いただいております。

11日 ササミカツ・チーズハンバーグ



26日 海鮮ステーキクラッシュハムカツ



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。



月 Monday

1日 バークピカタ 筍コロッケ
エイプリルフール

790 kcal 蛋白質 21.9g 脂質 17.9g 塩分 3.1g

8日 メンチカツ ペーコンポテトバーグ
カレーパンの日

838 kcal 蛋白質 23.8g 脂質 25.3g 塩分 3.3g

15日 エビフライ タンドリーチキン
よい子の日

696 kcal 蛋白質 18.6g 脂質 13.3g 塩分 2.3g

22日 鶏の唐揚げ 九条ネギオムレツ
よい夫婦の日

875 kcal 蛋白質 42.3g 脂質 32.2g 塩分 3.3g

29日 昭和の日
豊の日

各種パーティ、宴会、
法要などの料理も
承っております。

火 Tuesday

2日 フライドチキン 海鮮焼売
図書記念日

741 kcal 蛋白質 18.6g 脂質 17.1g 塩分 3.1g

9日 油淋鶏 サンマの塩焼き
フォークの日

944 kcal 蛋白質 40.1g 脂質 36.6g 塩分 3.3g

16日 サワラの西京焼き たっぷりコーンフライ
女子マラソンの日

762 kcal 蛋白質 23.2g 脂質 18.2g 塩分 2.6g

23日 味噌カツ 照焼きハンバーグ
地ビールの日

821 kcal 蛋白質 27.7g 脂質 13.0g 塩分 3.2g

30日 平成天皇陛下退位日
みその日



水 Wednesday

3日 焼肉 ホッケの塩焼き
みずの日

789 kcal 蛋白質 29.6g 脂質 18.2g 塩分 3.2g

10日 炊き込みご飯 玉子サラダフライ
ヨットの日

792 kcal 蛋白質 27.3g 脂質 20.3g 塩分 3.7g

17日 豆腐ハンバーグ 海鮮串カツ
恐竜の日

766 kcal 蛋白質 22.6g 脂質 17.2g 塩分 2.9g

24日 炊き込みご飯 天ぷら
割り箸の日

823 kcal 蛋白質 31.4g 脂質 23.5g 塩分 3.9g

木 Thursday

4日 イカ磯辺揚げ ミートボール
あんぱんの日

736 kcal 蛋白質 20.2g 脂質 10.9g 塩分 2.8g

11日 ササミカツ チーズハンバーグ
麺の日

797 kcal 蛋白質 23.5g 脂質 20.9g 塩分 3.0g

18日 ビーフシチューコロッケ ポテトチキンロール
よい歯の日

769 kcal 蛋白質 19.4g 脂質 17.5g 塩分 2.6g

25日 チンジャオロース イワシフライ
国連記念日

815 kcal 蛋白質 18.0g 脂質 20.6g 塩分 2.6g

金 Friday

5日 ハーフカレー エビカツ
横丁の日

926 kcal 蛋白質 26.1g 脂質 23.5g 塩分 3.6g

12日 ししやもフライ 野菜とひじきの豆腐焼き
パンの記念日

841 kcal 蛋白質 27.0g 脂質 27.1g 塩分 2.6g

19日 竹輪天あんからめ しそ鶏つくね
食育の日

778 kcal 蛋白質 21.4g 脂質 14.1g 塩分 3.2g

26日 海鮮ステーキ クラッシュハムカツ
風呂の日

810 kcal 蛋白質 21.4g 脂質 21.3g 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。