

お弁当

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。

5日



ハーフカレー・コロッケ

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。

29日



極上!!エビカツ

※実際の盛付けとは
異なります。

夏の食中毒防止強化月間：2024年5月1日～2024年10月31日

2024

おいしい料理は
愛情と工夫から

今月の
メニュー

7月

月 Monday

1日

鶏の唐揚げ
九条ネギオムレツ



788 kcal

蛋白質 19.4g
脂質 22.0g
塩分 2.7g

8日

アジフライ
甘酢肉団子



811 kcal

蛋白質 25.2g
脂質 17.7g
塩分 2.6g

海の日



22日

たこカツ
野菜肉巻き



777 kcal

蛋白質 26.9g
脂質 18.1g
塩分 3.6g

29日

極上!!エビカツ



686 kcal

蛋白質 17.5g
脂質 11.1g
塩分 2.9g

火 Tuesday

2日

味噌カツ
キャベツ焼き

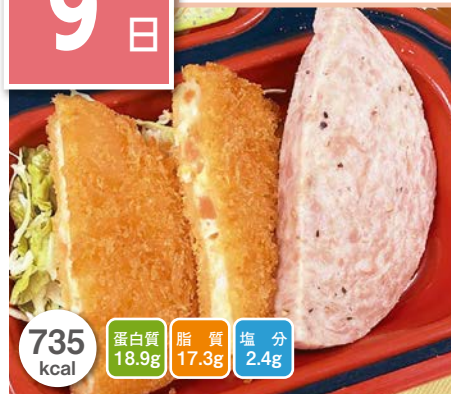


791 kcal

蛋白質 21.6g
脂質 13.6g
塩分 3.1g

9日

玉子サラダフライ
ハムステーキ



735 kcal

蛋白質 18.9g
脂質 17.3g
塩分 2.4g

16日

チキンステーキ
竹輪の天ぷら



755 kcal

蛋白質 21.5g
脂質 16.6g
塩分 3.1g

23日

鶏肉の塩炒め
お好み風玉子焼き



720 kcal

蛋白質 20.8g
脂質 18.7g
塩分 1.8g

30日

豚しゃぶ
ゴロゴロイカメンチカツ



789 kcal

蛋白質 22.8g
脂質 22.4g
塩分 1.9g

水 Wednesday

3日

イワシフライ
ミートボール



751 kcal

蛋白質 27.8g
脂質 16.4g
塩分 3.5g

10日

夏野菜カレーコロッケ
ロールキャベツ



682 kcal

蛋白質 14.8g
脂質 12.3g
塩分 2.1g

17日

豚肉と春雨のカレー炒め
完熟トマトの濃厚ソースフライ



778 kcal

蛋白質 20.5g
脂質 19.0g
塩分 2.5g

24日

ブラックカレーコロッケ
チヂミ



756 kcal

蛋白質 15.2g
脂質 19.6g
塩分 2.6g

31日

コーンコロッケ
根菜入り鶏バーグ



699 kcal

蛋白質 15.7g
脂質 11.8g
塩分 2.9g

木 Thursday

4日

骨なしジューシーチキン
イカの天ぷら



755 kcal

蛋白質 23.6g
脂質 14.2g
塩分 2.1g

11日

フーヨーハイ
エビフライ



776 kcal

蛋白質 23.4g
脂質 21.3g
塩分 3.5g

18日

おろしハンバーグ
インゲン・南瓜の天ぷら



712 kcal

蛋白質 23.9g
脂質 17.2g
塩分 2.6g

25日

海鮮ステーキ
鶏の唐揚げチリソース和え



781 kcal

蛋白質 24.9g
脂質 15.8g
塩分 2.7g

金 Friday

5日

ハーフカレー
コロッケ



855 kcal

蛋白質 15.4g
脂質 22.2g
塩分 3.4g

12日

サバの塩焼き
鶏の天ぷら



858 kcal

蛋白質 30.1g
脂質 21.9g
塩分 2.5g

19日

春巻き
じゃがマガオムレツ



823 kcal

蛋白質 18.1g
脂質 23.2g
塩分 2.8g

26日

イカフライ
サケの塩焼き



811 kcal

蛋白質 24.6g
脂質 22.0g
塩分 1.7g

健康応援団

今月の登場日
11・29日など

対象食材：エビ

名古屋といえば…エビフライ!

エビは良質なたんぱく質を多く含み、対して脂肪は肉の1/10以下、そのほとんどは不飽和脂肪酸で、血液中のコレステロールを低下させる働きがあります。さらにコレステロールを除去するタウリン・キチン・アスタキサンチンがバランスよく含まれ、血液疾患・糖尿病・肝障害の予防に大きな効果があります。エビは縁起物。体にも縁起がよいですね。

高タンパク
低脂肪



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。