

お弁当

今月の

おすすめメニュー

今月は21日に「ホットハンバーグ」がお弁当につきます。どうぞご賞味下さい。
また、12日と26日は炊込みごはんが登場します。
こちらも是非ご賞味下さい。

7日

ハーフカレー・コロッケ

21日

ホットデミグラスハンバーグ

ノロウイルス食中毒防止強化月間：2024年11月1日～2025年3月31日

※実際の盛付けとは異なります。

月 Monday

3日

卵の花フライ
野菜肉巻き



780 kcal
たんぱく質 19.7g
脂質 17.8g
塩分 2.0g

10日

イカの天ぷら
ハムステーキ



735 kcal
たんぱく質 26.7g
脂質 19.1g
塩分 2.8g

17日

美味しい真アジフライ



721 kcal
たんぱく質 21.7g
脂質 13.1g
塩分 1.7g

24日

黒毛和牛メンチカツ



803 kcal
たんぱく質 18.4g
脂質 19.9g
塩分 3.0g

31日

エビフライ
シーフードコンステーキ



651 kcal
たんぱく質 19.4g
脂質 11.3g
塩分 3.3g

火 Tuesday

4日

豚肉の天ぷら
サバの塩焼き



823 kcal
たんぱく質 27.5g
脂質 24.1g
塩分 2.2g

11日

白身魚フライ
ミートボール



692 kcal
たんぱく質 17.6g
脂質 11.1g
塩分 3.5g

18日

鶏の唐揚げ
海鮮ステーキ



740 kcal
たんぱく質 24.6g
脂質 15.9g
塩分 3.2g

25日

チキンステーキ
竹輪の天ぷら



762 kcal
たんぱく質 19.8g
脂質 15.8g
塩分 3.5g

水 Wednesday

5日

照焼きハンバーグ
海鮮串カツ



722 kcal
たんぱく質 21.2g
脂質 15.4g
塩分 2.6g

12日

炊込みごはん
ササミの天ぷら・お好み焼き



723 kcal
たんぱく質 28.0g
脂質 14.2g
塩分 2.8g

19日

カレーコロッケ
ピリ辛フランク



727 kcal
たんぱく質 17.8g
脂質 19.5g
塩分 2.4g

26日

炊込みごはん
春巻き・チヂミ



759 kcal
たんぱく質 15.2g
脂質 19.6g
塩分 3.1g

木 Thursday

6日

鶏肉の味噌炒め
煮玉子



730 kcal
たんぱく質 27.9g
脂質 16.5g
塩分 3.3g

13日

味噌カツ
海鮮焼売



761 kcal
たんぱく質 21.1g
脂質 18.0g
塩分 3.2g



春分の日

27日

焼肉
南瓜・カニ棒の天ぷら



730 kcal
たんぱく質 22.8g
脂質 19.2g
塩分 1.8g

金 Friday

7日

ハーフカレー
コロッケ



841 kcal
たんぱく質 16.0g
脂質 20.6g
塩分 3.5g

14日

竹輪の磯辺揚げ
山芋焼き



658 kcal
たんぱく質 16.9g
脂質 10.0g
塩分 3.2g

21日

ホットデミグラスハンバーグ



822 kcal
たんぱく質 27.5g
脂質 20.8g
塩分 2.1g

28日

ハムカツ
和風オムレツ



692 kcal
たんぱく質 19.8g
脂質 11.7g
塩分 2.8g

健康応援団

今月の登場日
4日

対象食材：サバ

優秀な魚!サバ!

サバはとにかく栄養満点です。中でも、青魚で有名なDHA・EPAを豊富に含んでいます。このよく耳にするDHA・EPAは、魚油に含まれる脂肪酸のことです。特にEPAの方には、血栓をできにくくする、いわゆる血液サラサラ効果が大きい期待できます。この血液サラサラ効果こそ、動脈硬化予防となり、循環器系の健康につながります。ただ、この脂肪酸は体内で作ることができません。そのため、食事で摂取する必要があります。サバを食べ健康を維持していきましょう。

抜群の
栄養価!



当社ホームページでも
メニュー表を
ご覧いただけます。
是非ご利用下さい。

11月～5月は
炊込みごはんが登場します。
是非ご賞味下さい。



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。