

おいしい料理は愛情と工夫から

1月のメニュー

ノロウイルス食中毒防止強化月間
11/1~3/31

■ 蛋白質 ■ 脂 質 ■ 塩 分

月 Mon

火 Tue

水 Wed

木 Thu

金 Fri

今月のピックアップ食材

健康応援団

対象食材：筍

食物繊維たっぷり！

低カロリーでおなかすっきり？
筍は食物繊維の豊富な食材です。不溶性食物繊維は腸内環境を整える効果があり、便秘解消につながります。また血糖値の上昇防止、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。

14

28

11月～4月は
炊込みごはんが登場します。
是非ご賞味ください。



謹賀新年

明けましておめでとうございます。
本年も昨年同様ご愛顧いただきますよう、
よろしくお願ひ申し上げます。
1月4日までお休みとなります。



5

6

7

8

9



エビフライ

鶏の天ぷら

カニ足風フライ

鶏肉の味噌炒め

ハーフカレー

17.8g 13.4g 1.9g 725kcal

25.9g 20.4g 2.3g 740kcal

20.1g 13.1g 2.8g 738kcal

22.9g 15.6g 2.3g 709kcal

16.0g 17.9g 3.3g 819kcal

12

13

14

15

16



美味しい真アジフライ

豆腐ステーキ

麦ごはん

鶏の唐揚げチリソース和え

黒毛和牛メンチカツ

24.0g 16.6g 1.7g 771kcal

19.2g 15.6g 3.3g 703kcal

17.7g 18.6g 2.4g 744kcal

24.8g 22.6g 3.1g 708kcal

16.8g 19.3g 2.7g 742kcal

26

27

28

29

30



20.6g 17.6g 2.3g 811kcal

19.3g 18.4g 2.8g 684kcal

20.3g 15.6g 3.0g 700kcal

16.5g 17.1g 1.7g 723kcal

22.0g 13.1g 2.1g 710kcal

NCC

日本ケータリング株式会社

TEL 0561-53-4741(代) FAX 0561-54-3279

URL www.nihon-catering.co.jp/

〒488-0838 愛知県尾張旭市庄中町二丁目13番地2

■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。

