

# 8月のメニュー

おいしい料理は愛情と工夫から

夏の食中毒防止強化月間  
5/1~10/31

■ 蛋白質 ● 脂質 ▲ 塩分

月 Mon 火 Tue 水 Wed 木 Thu 金 Fri

3



ミートコロケ  
蓮根まんじゅう

■ 16.8g ● 16.2g ▲ 2.2g **709kcal**

4



ハンバーグ  
目玉焼きフライ

■ 22.9g ● 16.5g ▲ 3.0g **727kcal**

5



豚肉生姜炒め  
オムレツ

■ 20.3g ● 18.6g ▲ 2.7g **730kcal**

今月のおすすめ

6



ゴロゴロイカメンチカツ  
豆腐ハンバーグ

■ 22.1g ● 10.9g ▲ 3.3g **722kcal**

7



海鮮お好み焼き  
竹輪の磯辺揚げ

■ 16.7g ● 14.3g ▲ 2.3g **733kcal**

10



ハムカツ  
ミートボール

■ 23.6g ● 13.7g ▲ 3.2g **782kcal**

11

山の日



麦ごはん

12



麦ごはん  
白身魚フライ・ウィンナー

■ 19.3g ● 14.3g ▲ 2.3g **699kcal**

13

お盆休みになります。



14

お盆休みになります。



17



美味しいアジフライ

■ 19.5g ● 13.3g ▲ 1.5g **688kcal**

18



照焼きハンバーグ  
カニ棒の天ぷら

■ 25.3g ● 18.4g ▲ 2.7g **795kcal**

今月のおすすめ

19



旨辛カレーメンチカツ  
海鮮焼売

■ 17.1g ● 19.1g ▲ 2.9g **748kcal**

20



大葉巻きつくね  
竹輪の紅色揚げ

■ 15.7g ● 10.3g ▲ 2.1g **684kcal**

21



国産牛すじコロケ  
オムレツ

■ 20.0g ● 15.0g ▲ 2.7g **704kcal**

24



コーンコロケ  
甘酢棒肉団子

■ 16.9g ● 17.2g ▲ 3.2g **775kcal**

25



ヤンニョムチキン  
チヂミ

■ 20.1g ● 15.4g ▲ 2.7g **703kcal**

麦ごはん

26



麦ごはん  
サバの塩焼き・海鮮天ぷら

■ 19.8g ● 15.0g ▲ 1.8g **693kcal**

27



春巻き  
紅生姜オムレツ

■ 15.6g ● 15.5g ▲ 2.8g **706kcal**

28



味噌カツ  
キャベツ焼き

■ 24.6g ● 16.4g ▲ 3.5g **807kcal**

31



鶏の照りかけ  
エビフライ

■ 26.4g ● 20.3g ▲ 3.5g **819kcal**

今月のピックアップ食材

健康応援団


5月の登場日

6

対象食材：イカ

イカで夏を元気に！

イカは高たんぱく・低脂質で栄養価の高い食材です。特に豊富に含まれるタウリンには、疲労回復や肝機能をサポートする働きがあり、夏の暑さによる疲れ対策にも役立つ栄養素です。また、脂質が少なく低カロリーなため、健康管理が気になる方にもおすすめです。栄養豊富なイカを食事に取り入れて、暑い夏も元気に乗り切りましょう！  
今月のおすすめは、ゴロゴロとしたイカが魅力のイカメンチカツです。是非ご賞味ください！




この弁当箱でご提供させていただきます。

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。

