

7月の献立表 清泉女学院

月	火	水	木	金
7月新メニュー ★豚バラやきにく弁当★ 暑い時期はやっぱりやきにくですよね！ 地元のお肉屋さんの新鮮なお肉でお届けします！				1日
				<u>人気No3</u> 牛カルビ ビビンバ丼
4日	5日	6日	7日	8日
★ボリューム満点★ やわらか チキンカツ弁当	★月替わり弁当★ 和風ソース ハンバーグ弁当	★人気No2★ 塩からあげ弁当	★7月新メニュー★ <u>豚バラやきにく</u> 弁当	★夏メニュー★ ねぎ塩豚丼
11日	12日	13日	14日	15日
販売なし	販売なし	販売なし	★人気No2★ 塩からあげ弁当	販売なし
18日	19日	20日	21日	22日
販売なし	★人気No1★ からあげ弁当	★ボリューム満点★ やわらか チキンカツ弁当	販売なし	販売なし
25日	26日	27日	28日	29日
販売なし	販売なし	販売なし	販売なし	販売なし

7月お弁当メニュー（定番品） 原材料表

メニュー名	原材料	栄養成分
からあげ弁当	米飯、鶏肉、食用大豆油、料理酒、しょうゆ、みりん、片栗粉、にんにく粉、黒コショウ、食塩、生姜おろし ／増粘多糖類、調味料（アミノ酸）、酸味料、香辛料、香料、シリコーン、（一部に小麦・大豆・鶏肉を含む）	栄養成分表示（1食あたり） ／熱量810kcal、たんぱく質27g、脂質27.8g、炭水化物102.2g、食塩相当量2.1g（推定値）
ねぎ塩豚丼	米飯、豚、たれ、長ネギ、食用大豆油、胡椒、食塩 ／増粘多糖類、調味料（アミノ酸）、酸味料、香辛料、香料、シリコーン、（一部に大豆・豚肉を含む）	栄養成分表示（1食あたり） ／熱量907kcal、たんぱく質20.4g、脂質42.7g、炭水化物101.9g、食塩相当量3g（推定値）
塩からあげ弁当	米飯、鶏肉、レモン、食用大豆油、食塩、片栗粉／シリコーン、（一部に大豆・鶏肉を含む）	栄養成分表示（1食あたり）／熱量826kcal、たんぱく質27.8g、脂質28.7g、炭水化物106.8g、食塩相当量5.2g（推定値）
牛カルビビビンバ丼	米飯、牛肉、ビビンバ（もやし、人参、ぜんまい等）、カルビソース、ほうれんそう、食用大豆油、食塩/pH調整剤、増粘多糖類、調味料（アミノ酸等）、保存料（ソルビン酸K）、着色料（カラメル）、香料（一部に小麦・乳成分・えび・大豆・ごま・りんご・牛肉を含む）	栄養成分表示（1食あたり） ／熱量755kcal、たんぱく質25.2g、脂質22.8g、炭水化物110.2g、食塩相当量2.5g（推定値）
和風ハンバーグ弁当	米飯、ハンバーグ、和風おろしソース、レタス／加工澱粉、セルロース、乳化剤、増粘剤（加工澱粉）、調味料（アミノ酸）、着色料（カラメル、ココア、カロチノイド）、安定剤（グァー）、（一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんごを含む）	栄養成分表示（1食あたり）／熱量675kcal、たんぱく質28.7g、脂質25.3g、炭水化物99.2g、食塩相当量3.1g（推定値）

☆上記はメインメニュー+ごはんの原材料表示となります。

上記に加え、付け合わせ（日替わり）がプラスで入っております。

☆上記のほかに不定期で新メニューも登場致します！