

12月の献立表 清泉女学院

月	火	水	木	金
				1日
				★ボリューム満点★ 牛カルビ ビビンバ丼
4日	5日	6日	7日	8日
★月替わり弁当★ チーズ ハンバーグ弁当	★人気No1★ からあげ弁当	☆定番☆ ロワ-ル特のり弁 (白身魚・からあげ)	★11月新メニュー★ !人気急上昇! タルタル チキン南蛮弁当	★12月復活★ 豚バラ やきにく弁当
11日	12日	13日	14日	15日
販売無し	販売無し	販売無し	☆定番☆ ロワ-ル特のり弁 (白身魚・からあげ)	販売無し
18日	19日	20日	21日	22日
★月替わり弁当★ チーズ ハンバーグ弁当	販売無し	販売無し	★11月新メニュー★ !人気急上昇! タルタル チキン南蛮弁当	★12月復活★ 豚バラ やきにく弁当
25日	26日	27日	28日	29日
休み				

12月の献立表 清泉女学院

メニュー名	原材料	栄養成分
ロワール特のり弁当 (白身魚・からあげ)	米飯、白身魚フライ、鶏肉、キャベツ、半固体状ドレッシング、鰹節、のり、しょうゆ、ソース、食用大豆油、パセリ ／調味料(アミノ酸等)、シリコーン、加工澱粉、香料、酸味料、増粘多糖類、着色料(カラメル)、(一部に小麦・卵・乳成分・牛肉・ゼラチン・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845kcal、たんぱく質22.1g、脂質24.5g、炭水化物120.5g、食塩相当量1.8g(推定値)
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)
豚バラやきにく弁当	米飯、豚肉、焼肉ソース、食用大豆油、キャベツ、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・豚肉を含む)	栄養成分表示(1食あたり)／熱量801kcal、たんぱく質24.6g、脂質24.2g、炭水化物113.6g、食塩相当量2.3g(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)
チーズハンバーグ 弁当	米飯、ハンバーグ、トマトケチャップ、中濃ソース、レタス、プロセスチーズ、バター／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706kcal、たんぱく質23.1g、脂質20.9g、炭水化物101.4g、食塩相当量3.3g(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！