



2024年4月15日～4月28日まごころ弁当メニュー

4 April

☆普通ライスのエネルギー量は 370kcal です。

kcal=エネルギー P=たんぱく質 F=脂質 C=炭水化物 塩=塩分相当量



4月

15 (月)	豚ロース辛みそ焼き 揚げ餃子/マーボー春雨あん	五目おから煮 カリブrosラダ 466kcal、P:18.1g、F:26.3g、C:40.0g、塩:2.9g	22 (月)	じゃいもキッシュ風 ハムカツ	がんも煮とひじき煮 ビーフン高菜炒め 492kcal、P:19.3g、F:29.7g、C:36.2g、塩:2.9g
16 (火)	ポークデミシチューハンバーグ レンコン入り野菜かき揚げ	ナポリタン 中華わかめ 457kcal、P:16.2g、F:25.0g、C:42.4g、塩:2.7g	23 (火)	手作りからあげ スパゲティミートソース	ポーク黒カレー 茄子のオランダ煮 503kcal、P:21.3g、F:25.0g、C:45.8g、塩:2.9g
17 (水)	ベーコンランチカツ 大根田舎煮  十六穀米	豚すき煮 ポテトサラダ 490kcal、P:18.0g、F:26.5g、C:45.8g、塩:2.8g	24 (水)	たっぷりコーンフライ 鮭の塩焼き  海苔昆布	ほうれん草とマカロニのツナ辛子和え 切干大根煮 458kcal、P:14.4g、F:25.3g、C:42.1g、塩:2.9g
18 (木)	ロース豚カツ コーンメンチ	マーボー茄子 ペンネアラビアータ 450kcal、P:17.9g、F:22.2g、C:44.4g、塩:2.5g	25 (木)	牛肉紅生姜天 豆腐バーグ/オニオンおろしポン酢	肉じゃが煮 大根サラダ 448kcal、P:16.8g、F:28.2g、C:31.3g、塩:2.8g
19 (金)	鶏のゴマみそ焼き カボチャ天 & チンジャオロース春巻き	中華酢豚 グレープフルーツ春雨サラダ 490kcal、P:18.8g、F:29.5g、C:37.1g、塩:2.8g	26 (金)	チキン野菜カツ煮 ハンバーグサルサソース	レンコンマスタードサラダ いんげん胡麻和え 479kcal、P:27.9g、F:23.2g、C:40.0g、塩:2.9g
20 (土)	イカツ ヒラすみそ焼き	肉団子クリーム煮 小松菜煮浸し 417kcal、P:21.4g、F:22.0g、C:33.3g、塩:2.5g	27 (土)	豚肉生姜炒め 野菜コロッケ	豚肉生姜炒め ナポリタン 481kcal、P:12.4g、F:29.2g、C:40.9g、塩:2.7g
21 (日)	イワシ磯辺揚げ キャベツベーコン炒め	ナポリタン 豚肉炒め 468kcal、P:19.5g、F:24.7g、C:40.6g、塩:2.5g	28 (日)	魚天 山芋焼き	肉団子クリーム煮 コールスローサラダ 441kcal、P:15.5g、F:28.6g、C:30.1g、塩:2.8g

まごころこめて、おいしいお弁当をお届けします



株式会社まごころフーズ京葉
ご注文・お問合せは 043-265-4343

ご注文・お問合せ先:
株式会社 まごころフーズ京葉
TEL: 043-265-4343
FAX: 043-265-9869

◎お願い◎
☆仕入の都合により献立が予告なく変更する場合がございますが、ご了承ください
☆お弁当は直射日光を避けた場所で保管し、13時までにお召し上がり下さい。
☆タバコの吸殻、ガム等を容器に入れないで下さい。
☆栄養成分はおかずのみの数値です。普通ライスは370kcalです。

