


















10/2(火)~10/4(木)

YAMAWAKI GAKUEN LUNCH MENU

		メニュー	材料	調味料	特定原材料
セレクト(事前予約)	A	油淋鶏 (揚げ鶏のネギソースがけ) I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 467kcal/23.2g/31.6g/3.0g	鶏もも肉、ごま油、白絞油 卵、片栗粉、ねぎ、ピーマン もやし、サニーレタス	料理酒、薄口醤油、濃口醤油 上白糖、がらスープ(顆粒) 塩	 
	B	さばの味噌煮 I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 401kcal/24.9g/35.5g/3.0g	さば切身、しょうが、大根 おくら	みそ、みりん風調味料、塩 上白糖、鰹だし(顆粒) 料理酒、薄口醤油	
	C	ハヤシライス I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 621kcal/18.2g/14.9g/2.2g	ご飯、牛小間肉、玉ねぎ マッシュルーム缶、バター サラダ油、パセリ粉	ハヤシフレーク、コンソメ 塩、こしょう	 
サイド(当日選択)	①	かにかまサラダ I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 21kcal/1.6g/0.1g/0.5g	キャベツ、サニーレタス 赤玉葱、かにかまフレーク	ノンオイル中華ドレッシング	  
	②	くるみ和え I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 76kcal/3.4g/4.0g/0.1g	フロccoli、白絞油 さつま芋ダイス	くるみ和えの素	
	③	青菜のガーリックソテー I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 29kcal/1.9g/1.6g/0.4g	小松菜、椎茸、にんにく 赤とうがらし、サラダ油	中華味、シャンタン 塩、こしょう	 
デザート(当日選択)	①	安納いものパウンドケーキ I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 78kcal/0.8g/5.1g/0.0g	安納芋のパウンドケーキ ホイップクリーム		  
	②	柿 I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 24kcal/0.2g/0.1g/0.0g	柿		
	③	コーヒーゼリー I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 97kcal/0.4g/2.8g/0.0g	コーヒーゼリーの素 ホイップクリーム		
セルフサービス	汁物	コンソメスープ I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 21kcal/1.0g/1.3g/1.0g	玉ねぎ、椎茸、えのき ベーコン、パセリ粉	コンソメ、塩、こしょう	  
	ご飯	小盛ご飯 I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 160kcal/2.7g/0.4g/0.0g	ごはん(100g)		
		普通盛ご飯 I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 320kcal/5.5g/0.8g/0.0g	ごはん(200g)		
		大盛ご飯 I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 481kcal/8.2g/1.2g/0.0g	ごはん(300g)		

※アレルギーをお持ちの方は、使用食材をご確認の上ご注文ください。

※すべてのメニューはアレルギー食材を含むメニューと共通の設備で作られています。 ※仕入れの状況により特定原材料が変わる可能性があります。

