

# 10/16(火)~10/18(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	<b>鮭のソテー</b> <b>クリームソース</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 256kcal/21.5g/10.3g/2.7g	鮭、サラダ油、玉ねぎ マッシュルーム缶、バター ホールコーン、牛乳、南瓜 ほうれん草	塩、こしょう、コンソメ ホワイトソース、上白糖	
	B	<b>キャベツメンチ&amp;メンチカツ</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 402kcal/12.3g/23.9g/1.2g	キャベツメンチ、メンチカツ 白絞油、キャベツ、人参 サニーレタス、胡瓜、レモン		
	C	<b>牛丼</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 676kcal/23.9g/16.8g/2.4g	ご飯、牛小間肉、玉ねぎ つきこんにゃく、紅生姜	めんつゆ、料理酒、上白糖 みりん風調味料	
サイド(当日選択)	①	<b>ツナサラダ</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 41kcal/2.0g/2.9g/0.3g	キャベツ、人参、サニーレタス ツナフレーク	サウザンアイランドドレッシング	
	②	<b>根菜味噌炒め</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 85kcal/1.6g/1.8g/0.5g	れんこん、ごぼう、人参 赤とうがらし、サラダ油	みりん風調味料、みそ 料理酒、上白糖	
	③	<b>厚揚げピリ辛煮</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 74kcal/4.6g/4.5g/0.8g	生揚げ、白すりごま 万能ねぎ	鰹だし(顆粒)、濃口醤油 みりん風調味料、料理酒 トーバンジャン、上白糖	
デザート(当日選択)	①	<b>ベルギーワッフル</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 97kcal/1.6g/4.4g/0.1g	ベルギーワッフル	チョコレートシロップ	
	②	<b>オレンジ</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 33kcal/0.6g/0.1g/0.0g	オレンジ、パイン缶		
	③	<b>ストロベリーババロア</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 114kcal/3.1g/4.1g/0.0g	ストロベリーババロアの素 牛乳		
セルフサービス	汁物	<b>中華スープ</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 15kcal/0.4g/0.5g/1.1g	わかめ、えのき、万能ねぎ ごま油、片栗粉	がらスープ(顆粒) ショウタン、塩、こしょう	
	ご飯	<b>小盛ご飯</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 160kcal/2.7g/0.4g/0.0g	ごはん(100g)		
		<b>普通盛ご飯</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 320kcal/5.5g/0.8g/0.0g	ごはん(200g)		
		<b>大盛ご飯</b> 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。

