









# 10/30(火)~11/1(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>エビカツ オーロラソース</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 436kcal/14.3g/25.5g/2.0g	エビカツ、白絞油、玉ねぎ キャベツ、サニーレタス ブロccoli	マヨネーズ、ポッカレモン トマトケチャップ、塩	  
	B	<b>牛肉と竹の子の オイスターソース炒め</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 215kcal/15.2g/11.1g/1.9g	牛小間肉、水煮たけのこ ピーマン、赤ピーマン、椎茸 玉ねぎ、にんにく、サラダ油 ごま油、片栗粉	濃口醤油、料理酒、上白糖 オイスターソース、こしょう	
	C	<b>豚ゆずうどん</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 407kcal/16.8g/9.6g/4.2g	うどん、豚小間、ねぎ 刻みゆず	香味和風だし	
サイド(当日選択)	①	<b>かにかまサラダ</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 26kcal/1.8g/0.3g/0.7g	キャベツ、赤玉葱、かにかま サニーレタス	ノンオイル中華ドレッシング	  
	②	<b>ビーフンソテー</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 88kcal/1.8g/2.6g/0.7g	ビーフン、玉ねぎ、にら ハム、サラダ油	料理酒、濃口醤油、こしょう 塩、醤油ラーメンスープ ショウタン	  
	③	<b>切干大根の炒め煮</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 59kcal/1.8g/2.7g/0.8g	切干大根、油揚げ、人参 サラダ油、いんげん	鰹だし(顆粒)、濃口醤油 みりん風調味料、料理酒 上白糖	
デザート(当日選択)	①	<b>たい焼き</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 80kcal/1.6g/0.4g/0.1g	ミニたい焼き		  
	②	<b>バナナ</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 52kcal/0.7g/0.1g/0.0g	バナナ		/
	③	<b>マンゴープリン</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 66kcal/2.1g/1.7g/0.1g	マンゴープリンの素 牛乳		
セルフサービス	汁物	<b>コンソメスープ</b> I栄養-/蛋白質/脂質/食塩相当 21kcal/0.7g/1.3g/1.0g	玉ねぎ、人参、ベーコン パセリ粉	コンソメ、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。

