



# ライト弁当 献立表



8月 26日(月)	8月 27日(火)	8月 28日(水)	8月 29日(木)	8月 30日(金)
オムレツ ピーマン肉詰めフライ スパンテー	さばの塩麴焼 エビカツ コールスロー	北海道チーズコロッケ ウインナー ふりかけ コールスロー	アジフライ チキンピカタ コールスロー	ハムステーキ 照焼ミートボール きんぴら
春雨の和え物	きゃべつの和え物	茎わかめの煮物	わかめの和え物	オクラの和え物
ちくわのきんぴら	味噌バター炒め	もやしとザーサイの和え物	きゃべつの炒め物	チンゲン菜の炒め物
果物、またはデザート	果物、またはデザート	果物、またはデザート	果物、またはデザート	果物、またはデザート

9月 2日(月)	9月 3日(火)	9月 4日(水)	9月 5日(木)	9月 6日(金)
メンチカツ 豆腐ステーキ コールスロー	ハンバーグ かにクリームコロッケ スパンテー	豚串カツ さつま揚げ スパンテー	たこカツ 八幡巻 コールスロー	キーマカレー じゃが芋のコロッケ
きゃべつとハムの和え物	ひじきの煮物	わかめのツナ和え	蒟蒻の煮物	春雨サラダ
竹の子の塩ダレそぼろ炒め	ポテトサラダ	チンゲン菜の中華煮	切干大根の梅肉和え	油揚げの煮物
果物、またはデザート	果物、またはデザート	果物、またはデザート	果物、またはデザート	果物、またはデザート

