

## Café Bar & Lunch Box Smile 健康管理食弁当メニュー



	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日
主菜	鶏ももと大根の 甘辛煮	豚バラともやしの 生姜焼き	チキンガーリック焼	ロース豚とキャベツの 中華炒め	鶏挽ハンバーグ	チキン檸檬焼き
副菜	じゃが芋とピーマンの 塩炒め	厚揚げと大根の煮物	ウインナーと玉葱の カレー炒め	牛肉と春雨の炒め物	薩摩揚げとじゃが芋の 煮物	トマトとマカロニの イタリアン煮
副菜2	切干大根	ポテトサラダ	竹輪とホウレン草のお ひたし	しらすと小松菜の 辛子和え	枝豆の白和え	ベーコンとホウレン草の バター炒め
カロリー	736	749	741	751	734	745
塩分	3.2	3.2	3.0	3.1	3.1	3.0

- \* メニューの一部を、食材準備の都合上、変更する場合があります。
- \* 旨味調味料、食品保存料などは一切使用しておりません。油は米油(シリコン不使用)です。
- \* 牛肉・豚肉・鶏肉は国内産を使用しております。野菜は栄区・港北区農薬不使用有機野菜、他国産品を使用しています。
- \* 形態食をご指定の場合は、メニューの一部を変更する場合があります(ミキサー食などに合わない食材の場合)
- \* 豊田中学校等日替わり弁当としてお造りする場合は、ご飯、惣菜ともに約20%が増量されます。