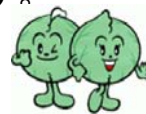


令和2年 8月 24日(月)～ 8月 28日(金) 献立表

今週は孺恋キャベツweekです！

群馬県孺恋村産の新鮮なキャベツを使用したメニューを提供いたします。美味しいキャベツを皆様にたくさん食べていただけるよう、様々な味付けに変化させています。ぜひ、ご賞味ください。

猛暑日が続き、熱中症のリスクが高まっています。しっかり栄養補給・こまめな水分補給を心がけましょう。



A定食 ￥430			A定食(主食+主菜+おすすめ小鉢①)				
			1群	2群	3群	4群	合計
24 日 (月)	A 定 食	バジルチキンソテー トマトソース	0.1	2.7	1.1	4.3	8.2
		小鉢① ★キャベツたっぷりちゃんぽん風春雨のスープ煮	(エネルギー) 674 kcal	(蛋白質) 29.7 g	(塩分相当量)		
		大根の洋風スープ+ご飯(胚芽米・葉酸米)	(脂質) 21.1 g	(炭水化物) 87.4 g		3.0g	
	選 択 可 能	小鉢② ★孺恋キャベツとカニカマのコールスローサラダ	小鉢②の栄養価				
25 日 (火)	A 定 食	★カレイと孺恋キャベツのレモンバターホイル焼き	0.0	0.9	1.3	5.7	7.9
		小鉢① 里芋と鶏肉の揚げだし	(エネルギー) 631 kcal	(蛋白質) 17.4 g	(塩分相当量)		
		味噌汁+ご飯(胚芽米・葉酸米)	(脂質) 18.9 g	(炭水化物) 94.4 g		3.2g	
	選 択 可 能	小鉢② 小松菜と油揚げの胡麻和え	小鉢②の栄養価				
26 日 (水)	A 定 食	野菜たっぷり豚肉の生姜焼き	0.0	2.2	0.8	4.7	7.7
		小鉢① ほうれん草と白菜の七味和え	(エネルギー) 615 kcal	(蛋白質) 26.6 g	(塩分相当量)		
		味噌汁+ご飯(胚芽米・葉酸米)	(脂質) 18.6 g	(炭水化物) 82.7 g		3.0g	
	選 択 可 能	小鉢② がんもと野菜の煮物	小鉢②の栄養価				
27 日 (木)	A 定 食	シンガポールチキンライス&コナツミルクプリン	0.5	2.4	1.1	4.5	8.5
		小鉢① 孺恋キャベツとカリフラワーのレモンピクルス	(エネルギー) 678 kcal	(蛋白質) 29.2 g	(塩分相当量)		
		★にらたまスープ	(脂質) 22.7 g	(炭水化物) 86.9 g		3.2g	
	選 択 可 能	小鉢② ★孺恋キャベツとあさりのバター蒸し	小鉢②の栄養価				
28 日 (金)	A 定 食	まぐろの竜田揚げ ピリ辛サラダ仕立て	0.3	1.9	0.6	5.8	8.6
		小鉢① ★中華風炒り豆腐	(エネルギー) 684 kcal	(蛋白質) 39.3 g	(塩分相当量)		
		孺恋キャベツの豆乳味噌汁+ご飯(胚芽米・葉酸米)	(脂質) 19.1 g	(炭水化物) 87.2 g		3.5g	
	選 択 可 能	小鉢② 茄子の南蛮漬け	小鉢②の栄養価				
		★小鉢は①か②のうちお好みのものをお選びいただけます	(エネルギー) 65 kcal	(蛋白質) 1.3 g	(塩分相当量)		
			(脂質) 4.1 g	(炭水化物) 6.0 g		0.6g	

カフェテリアご利用の際の注意事項

●食券購入後必ず手洗いをお願いします。

●ドレッシング等の調味料は当面の間設置いたしません。提供時にカウンター内でかけさせていただきます。

●食事前にテーブルのアルコール消毒をお願いいたします。

●席は空間を空けてお座りください。

●お食事中的会話はご遠慮ください。

●持ち込みでのご飲食はご遠慮ください。

●携帯電話・スマートフォンのご使用はご遠慮ください。

●お食事前に外したマスクはテーブルの上に直接置かないでください。

ご理解・ご協力をお願いいたします。



★のついている献立は、法令で規定するアレルギー物質(卵・乳・小麦・エビ・カニ・そば・落花生)を使用した献立です。これらの物質に対する感受性は個人差があり、微量でも発症することがありますので、アレルギー症状が出る方は専門医にご相談の上、ご自身でご判断いただきたくお願い申し上げます。