

2021年10月

# MONTHLY MENU



日本ゼネラルフード株式会社  
麗澤瑞浪中学・高等学校様

【月】 9.27	【火】 9.28	【水】 9.29	【木】 9.30	【金】 10.1
<p>麗澤カレー シーザーサラダ キャラメル ミルクゼリー</p> <p>1418kcal 塩5.0g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>ジャン肉飯 ポテトとツナの マヨ炒め 味噌汁</p> <p>1046kcal 塩4.7g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p><b>肉の日 29日</b></p> <p>カツ丼 野菜マリネサラダ 味噌汁</p> <p>989kcal 塩4.9g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>鶏肉の韓国風炒め 青のり塩ポテト フルーツポンチ 味噌汁 ごはん</p> <p>873kcal 塩4.6g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p><b>新</b></p> <p>カレーラーメン 肉団子の甘酢あん マンゴープリン</p> <p>828kcal 塩8.9g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>
【月】 10.4	【火】 10.5	【水】 10.6	【木】 10.7	【金】 10.8
<p>ソース焼きそば イカリング バンバンジーサラダ</p> <p>628kcal 塩1.8g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>牛肉のチャプチェ レンコンチップス ピーチムース 清まし汁 ごはん</p> <p>833kcal 塩2.7g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p><b>今月のフェア</b></p> <p>ミートスパゲティ 焼き栗コロケ グリーンサラダ</p> <p>643kcal 塩3.4g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>塩レモンから揚げ (瀬戸内) ブロッコリーチーズサラダ メープルプッチェケーキ 味噌汁 ごはん</p> <p>1115kcal 塩4.8g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>豚肉の ガーリックソテー 海老マヨサラダ ひじきとベーコン煮 味噌汁 ごはん</p> <p>882kcal 塩4.6g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>
【月】 10.11	【火】 10.12	【水】 10.13	【木】 10.14	【金】 10.15
<p><b>あの人気メニューが帰ってきた!</b> <b>復刻メニュー</b></p>	<p>豚肉の生姜炒め ごぼうサラダ 茄子とウィンナーの ハーブ炒め かき玉汁 ごはん</p> <p>889kcal 塩7.2g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p><b>ご当地</b></p> <p>ほうとうつけ麺 揚げ餃子 アップルムース</p> <p>645kcal 塩6.5g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>北海道かぼちゃと チーズソースの包み揚げ &amp; ミニグラタン わかめサラダ ぶどう缶 味噌汁 ごはん</p> <p>712kcal 塩2.8g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>油淋鶏 スパゲティサラダ プッチュー 中華スープ ごはん</p> <p>1167kcal 塩3.6g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>
【月】 10.18	【火】 10.19	【水】 10.20	【木】 10.21	【金】 10.22
<p>かき玉ラーメン たこ焼き 大根サラダ</p> <p>504kcal 塩8.1g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>エビ炒飯 餃子 中華スープ</p> <p>821kcal 塩4.8g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>かき揚げきしめん 法蓮草とコーンの マヨネーズ和え ぶどうゼリー</p> <p>727kcal 塩8.0g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>トンテキ もやしのナムル ストロベリームース 味噌汁 ごはん</p> <p>772kcal 塩4.7g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>麗澤カレー 野菜マカロニサラダ ミックスベリー フルーチェ</p> <p>1423kcal 塩5.0g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>
【月】 10.25	【火】 10.26	【水】 10.27	【木】 10.28	【金】 10.29
<p><b>NEW</b></p> <p>鮭のチャンチャン揚げ 高野豆腐のそぼろ煮 みたらし団子 味噌汁 ごはん</p> <p>882kcal 塩5.5g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>豚肉とじゃが芋 のカレー炒め 切干大根の さっぱりレモン和え フルーツ杏仁 かき卵汁 ごはん</p> <p>941kcal 塩2.5g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>中華野菜 あんかけうどん 春巻 オレンジ</p> <p>724kcal 塩4.0g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p>ヒレカツ丼 かぼちゃの 粒マスタードサラダ 味噌汁</p> <p>1161kcal 塩7.3g</p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>	<p><b>BIG</b></p> <p>Big! チキンカツ ポテトサラダ ピーチゼリー コンソメスープ ごはん</p> <p>1025kcal 塩3.2g</p> <p><b>肉の日 29日</b></p> <p>アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生</p>