

2025年7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

	【火】 7.1	【水】 7.2	【木】 7.3	【金】 7.4
	<b>ビビンバ井焼売</b> 春雨サラダ 中華スープ	 <b>甘辛牛肉の冷し塩柑橘うどん</b> 金平ごぼう コールスローサラダ	<b>豚肉の旨塩炒め</b> マカロニサラダ ストロベリーゼリー 清まし汁 ごはん	<b>メンチカツ</b> わかめサラダ チョコレートババロア 味噌汁 ごはん
	847kcal 塩2.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	588kcal 塩4.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	717kcal 塩3.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	857kcal 塩3.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
【月】 7.7	【火】 7.8	【水】 7.9	【木】 7.10	【金】 7.11
<b>七夕そうめん</b> 星型ハンバーグ トマトとオクラの和え物	<b>麻婆飯</b> 蒸し餃子 フルーツ寒天 中華スープ	<b>冷やしぶっかけきしめん</b> 天ぷら(えび・なす) ベーコンチップサラダ	 <b>タラのクリーム煮</b> ミニコロッケ グリーンサラダ バニラアイス ごはん	 <b>塩けいちゃん</b> 春雨サラダ ピーチムース わかめスープ ごはん
687kcal 塩7.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	791kcal 塩4.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	544kcal 塩5.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	 653kcal 塩2.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	640kcal 塩2.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
【月】 7.14	【火】 7.15	【水】 7.16	【木】 7.17	【金】 7.18
<b>牛丼</b> 竹輪の磯辺揚げ もやしゆかり和え 味噌汁	<b>鶏とキャベツの甘辛炒め</b> 白菜とハムのナムル ピーチゼリー 中華スープ ごはん	 <b>鶏唐揚げ</b> 甘酢あんからめ 花野菜のサラダ メロンムース 味噌汁 ごはん	 <b>ビーフカツ</b> デミグラスソース ポテトサラダ モンブランタルト ごはん	<b>鶏塩うどん</b> 大根のそぼろあん レモンゼリー
823kcal 塩4.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	692kcal 塩3.2g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	762kcal 塩4.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	 808kcal 塩1.9g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	506kcal 塩6.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
【月】 7.21	【火】 7.22	【水】 7.23	【木】 7.24	【金】 7.25
<b>林檎リタンスパゲティ</b> 青のり塩ポテト 大根サラダ	 <b>鶏肉のてりかけ</b> マカロニサラダ ぶどう缶 清まし汁 ごはん	<b>鯖のカレームニエル</b> 小松菜ナムル ストロベリーゼリー 味噌汁 ごはん	<b>中華飯</b> 春雨の中華和え フルーツ杏仁 わかめスープ	<b>冷やしぶっかけきしめん</b> 竹輪の磯辺揚げ ベーコンチップサラダ チョコレートババロア
757kcal 塩3.0g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	817kcal 塩4.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	680kcal 塩2.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	741kcal 塩2.8g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	634kcal 塩6.5g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生
【月】 7.28	【火】 7.29	【水】 7.30	【木】 7.31	
<b>五目あんかけ焼きそば</b> うずら玉子フライ オレンジ	<b>シャリアピソークステーキ</b> グリーンサラダ パイン缶 わかめスープ	<b>ミートスパゲティ</b> ミニコロッケ レタスコーンサラダ	<b>豚肉の味噌炒め</b> マロニー中華和え レモンゼリー 清まし汁 ごはん	
695kcal 塩3.3g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	 707kcal 塩2.6g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	657kcal 塩3.1g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	821kcal 塩3.4g アレルギー: えび, かに, 小麦, そば, 卵, 乳, 落花生	