

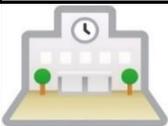


# 淑徳中高カフェテリア週間献立表



1月8日～11日

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
日替わりランチA	お休み	お休み	豚の生姜焼き	ハヤシライス サラダ スープ付き	チキン南蛮	豚バラ三枚肉の やわらか焼き 胡麻だれ
カロリー			802kcal	877kcal	820kcal	874kcal
主なアレルギー			豚	牛 小麦	鶏 卵 小麦	豚 落花生
日替わりランチB	お休み	お休み	白身魚の 天麩羅 ピリ辛ソース	鱈フライ タルタルソース	五目チャーハン シューマイ スープ付き	鮭のムニエル キノコバター醤油焼き 添え
カロリー			854kcal	757kcal	801kcal	787kcal
主なアレルギー			小麦 卵	小麦 卵	豚 卵	小麦 乳製品
週替わり丼ぶり	豚すき丼					
カロリー 主なアレルギー	709 kcal 豚 大豆 小麦					
週替わりカレー	ゴロゴロ野菜のポークカレー					
カロリー 主なアレルギー	898 kcal 豚 卵 小麦粉 鶏 リンゴ はちみつ 乳製品 卵					
週替わりパスタ	明太子クリームスパゲティ					
カロリー 主なアレルギー	708 kcal 大豆 小麦 乳製品					
和風麺	豚汁うどん					
カロリー 主なアレルギー	526 kcal 豚 大豆 小麦					





# 叔徳中高カフェテリア週間献立表



## 1月14日～18日

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
日替わりランチA	お休み	トンテキ ガーリックソース	ジャンボ チキンカツ	和風おろし ハンバーグ	豚のスタミナ炒め	骨なし柔らか スペアリブ
カロリー		875kcal	878kcal	898kcal	801kcal	874kcal
主なアレルギー		豚 大豆	鶏 卵 小麦	牛 豚 卵 小麦	豚 大豆	豚 卵
日替わりランチB	お休み	白身魚の竜田揚 げ ピ リ辛タルタル	揚げ出し豆腐 木/子のあんかけ 温玉乗せ	海鮮 ミックスフライ	あんかけ焼きそば 揚げ餃子付き	白身魚の トマトチーズ グラタン
カロリー		699kcal	855kcal	772kcal	809kcal	788kcal
主なアレルギー		小麦 卵	豚 卵 小麦 大豆	卵 小麦 海老 イカ	小麦 豚 大豆	小麦 卵 乳製品
<b>週替わり丼</b>	<b>鶏天丼</b>					
カロリー 主なアレルギー	849kcal 鶏 卵 小麦					
<b>週替わりカレー</b>		<b>トロトロチーズのカレーライス</b>				
カロリー 主なアレルギー		808kcal 小麦粉 牛 豚 大豆 乳製品				
<b>週替わりパスタ</b>	<b>ミートソーススパゲッティ温玉乗せ</b>					
カロリー 主なアレルギー	688kcal 牛 豚 小麦 卵					
<b>和風麺</b>	<b>大判稻荷のきつねうどん</b>					
カロリー 主なアレルギー	686kcal 小麦					



# 叔徳中高カフェテリア週間献立表



## 1月20日~24日

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
日替わりランチA	チキンのサムジャン焼き チーズソース	牛焼肉の フルコギ風	お休みにいたします	お休みにいたします	お休みにいたします	豚バラ肉の 炙り焼き
カロリー	874kcal	885kcal				874kcal
主なアレルギー	鶏 大豆	牛 大豆				豚 大豆
日替わりランチB	鮭と木ノ子のホイ ル包み焼き	鯖の竜田揚げ ユージンソース	お休みにいたします	お休みにいたします	お休みにいたします	さんまフライの 野菜あんかけ
カロリー	788kcal	699kcal				788kcal
主なアレルギー	大豆	小麦 大豆				小麦 卵
<b>週替わり丼</b>	<b>味噌カツ丼</b>					
カロリー 主なアレルギー	849kcal 豚 卵 小麦					
<b>週替わりカレー</b>		<b>バターチキンカレー</b>				
カロリー 主なアレルギー		808kcal 小麦粉 鶏 牛 豚 大豆 乳製品				
<b>週替わりパスタ</b>	<b>ソーセージと小松菜のペペロンチーノ</b>					
カロリー 主なアレルギー	688kcal 牛 豚 小麦					
<b>和風麺</b>	<b>豚のかきたまうどん</b>					
カロリー 主なアレルギー	786 kcal 小麦 豚					



# 叔徳中高カフェテリア週間献立表



## 1月27日~2月1日

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
日替わりランチA	牛すき煮込み定食	チキン竜田揚げ ネギ味噌ダシ	お休みになります	肉団子の酢豚風	豚ロースの カツレツ トマトソース	お休みになります
カロリー	877kcal	885kcal		887kcal	880kcal	
主なアレルギー	牛 大豆	牛 大豆		豚 卵 小麦	豚 卵 小麦	
日替わりランチB	海老かつ タルタルソース	鮭のムニエル キノコソテー添え	お休みになります	サバの味噌煮 いんげんの胡麻和え	白身魚の天ぷら 和風おろしだれ	お休みになります
カロリー	918kcal	758kcal		852kcal	788kcal	
主なアレルギー	大豆 海老 卵	大豆 乳製品		大豆	卵 小麦	

### 週替わり丼

### 豚キムチ丼

カロリー 主なアレルギー

848 kcal 豚 小麦

### 週替わりカレー



### キーマカレー温泉玉子添え

カロリー 主なアレルギー

818 kcal 小麦粉 卵 牛 豚 大豆 乳製品

### 週替わりパスタ

### 和風しらすおろし木ノ子スパゲティ

カロリー 主なアレルギー

698 kcal 小麦

### 和風麺

### カレーうどん

カロリー 主なアレルギー

786 kcal 小麦 大豆 牛 豚



こちらから一か月の  
メニューが見られます