令和6年

3月 献立カレンダー

岡山県産米を使用しています

栄養成分表記はおかずのみの成分値です。
ご飯は、100gあたり168kcalです。

1 -金-

カレールゥフライ
エネルギー437kcal / タンパク質10.9g / 脂質20.9g

2 -土-

ハンバーグきのこあん
エネルギー359kcal / タンパク質12.8g / 脂質14.7g

4 -月-

白身フライ
エネルギー338kcal / タンパク質12.2g / 脂質16.4g

5 -火-

鶏唐揚げ フレンチソース
エネルギー422kcal / タンパク質18.6g / 脂質27.7g

6 -水-

オムレツ カレーソース
エネルギー350kcal / タンパク質13.4g / 脂質16.7g

7 -木-

黄金生姜メンチカツ
エネルギー349kcal / タンパク質11.1g / 脂質20.6g

8 -金-

肉じゃが
エネルギー317kcal / タンパク質12.1g / 脂質12.4g

9 -土-

NEW

鰆の南蛮漬け
エネルギー269kcal / タンパク質15.9g / 脂質9.4g

11 -月-

牛肉コロッケ
エネルギー434kcal / タンパク質11.7g / 脂質22.8g

12 -火-

味噌カツ
エネルギー370kcal / タンパク質12.4g / 脂質19.3g

13 -水-

鶏天の黒酢あん
エネルギー312kcal / タンパク質9.6g / 脂質16.2g

14 -木-

カレーコロッケ
エネルギー349kcal / タンパク質7.0g / 脂質19.5g

15 -金-

豚肉と野菜の生姜炒め
エネルギー360kcal / タンパク質15.7g / 脂質18.9g

16 -土-

かに玉あんかけ
エネルギー283kcal / タンパク質14.7g / 脂質13.2g

18 -月-

たこカツ
エネルギー313kcal / タンパク質12.6g / 脂質16.7g

食中毒防止のご協力とお願い

笑顔と健康をお届けします。おいしい、楽しい、うれしい健康メニュー

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿度の多い場所へは置かないで下さい。
- 陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
- **材料入手の関係上、献立を多少変更する場合がございますのでご了承ください。**

- 食数の変更は**午前9時10分**で打ち切らせていただきます。尚、ご連絡は間違い防止の為**FAX**でお願いします。
- お弁当の種類により、写真とは内容が異なる場合がございます。

“食”でつながる。私たちは大惣です。

「安心」「安全」「健康」をテーマにお弁当の販売と製造を中心とした総合食卓提案企業を目指します。

給食配達サービス　介護食在宅配食サービス　食堂給食業務委託サービス

大惣（だいそう）
お料理 仕出し 折詰
岡山県総社市真壁 181の1

お申込みは
IP 050-380-20733
TEL (0866)93-8401
FAX (0866)93-4117
URL http://www.daisou-jp.com
e-mail info@daisou-jp.com

令和6年

3月 献立カレンダー

岡山県産米を使用しています

栄養成分表記はおかずのみの成分値です。
ご飯は、100gあたり168kcalです。

19 -火-

すき焼き風煮　炊き込みご飯
エネルギー296kcal / タンパク質12.1g / 脂質12.1g

20 -水-

21 -木-

デミグラスコロッケ
エネルギー376kcal / タンパク質11.5g / 脂質16.4g

22 -金-

アジフライ
エネルギー496kcal / タンパク質16.5g / 脂質25.9g

23 -土-

グリルチキン
エネルギー312kcal / タンパク質15.2g / 脂質13.9g

25 -月-

ハンバーグ デミソース
エネルギー374kcal / タンパク質16g / 脂質18.1g

26 -火-

鯖の塩焼き
エネルギー368kcal / タンパク質12g / 脂質23.2g

27 -水-

コチュジャン唐揚げ
エネルギー486kcal / タンパク質19g / 脂質28.8g

28 -木-

回鍋肉風
エネルギー294kcal / タンパク質14.8g / 脂質12.7g

29 -金-

ハムカツ
エネルギー312kcal / タンパク質10.7g / 脂質15.7g

30 -土-

天ぷら盛り
エネルギー357kcal / タンパク質14.9g / 脂質16.4g

今月の主な行事

- ひなまつり（3月3日）
- ホワイトデー（3月14日）
- 社日（3月中旬～下旬）
- 彼岸の入り（3月17日）
- 春分の日（3月20日）

食中毒防止のご協力とお願い

笑顔と健康をお届けします。おいしい、楽しい、うれしい健康メニュー

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿度の多い場所へは置かないで下さい。
- 陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
- **材料入手の関係上、献立を多少変更する場合がございますのでご了承ください。**

- 食数の変更は**午前9時10分**で打ち切らせていただきます。尚、ご連絡は間違い防止の為**FAX**でお願いします。
- お弁当の種類により、写真とは内容が異なる場合がございます。

“食”でつながる。私たちは大惣です。
「安心」「安全」「健康」をテーマにお弁当の販売と製造を中心とした総合食卓提案企業を目指します。

給食配達サービス　介護食在宅配食サービス　食堂給食業務委託サービス

大惣（だいそう）
お料理 仕出し 折詰
岡山県総社市真壁181の1

お申込みは
IP 050-380-20733
TEL (0866)93-8401
FAX (0866)93-4117
URL http://www.daisou-jp.com
e-mail info@daisou-jp.com