

日替わり弁当 さつま屋 手作りお弁当メニュー

2026年 7月(20日～31日) 1食500円(税込み)				
20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
海の日	豚バラとニラの豆腐チャンプル さびなご南蛮 卵焼き 大学芋	ブルコギ もやしと胡瓜の中華和え ナポリタン 大学芋	ポークチャップ コーンとツナの和え物 なす田楽 ブロッコリーの塩ゆで	白身魚のフライ ちくわの磯辺揚げ きんぴらごぼう なます わかめご飯
				
	エネルギー 824.2kcal たんぱく質 32.5g 脂質 35.8g 炭水化物 84.6g 食塩相当 3.9g	エネルギー 724.5kcal たんぱく質 22.4g 脂質 25.8g 炭水化物 94.8g 食塩相当 3.5g	エネルギー 715.0kcal たんぱく質 26.5g 脂質 22.0g 炭水化物 96.5g 食塩相当 3.2g	エネルギー 645.0kcal たんぱく質 26.8g 脂質 22.5g 炭水化物 98.2g 食塩相当 4.5g
	〈特定原材料8品目〉 卵、小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、乳、小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、乳、小麦
27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
デミグラスハンバーグ ポテトサラダ 人参の白和え いんげんの胡麻和え	白身魚のチーズ焼き 里芋団子 人参グラッセ コールスロー 炊き込みご飯	厚切りハムカツ カレーソースかけ マカロニサラダ 酢の物 ブロッコリーの塩ゆで	チーズ照り焼きチキン 春雨サラダ ナポリタン パプリカマリネ	魚の味噌マヨ焼き カボチャの煮物 ポテトサラダ ほうれん草のお浸し
				
エネルギー 824.2kcal たんぱく質 32.5g 脂質 35.8g 炭水化物 84.6g 食塩相当 3.9g	エネルギー 776.0kcal たんぱく質 31.8g 脂質 21.5g 炭水化物 105.2g 食塩相当 3.8g	エネルギー 755.0kcal たんぱく質 22.5g 脂質 24.5g 炭水化物 102.0g 食塩相当 3.4g	エネルギー 795.0kcal たんぱく質 32.5g 脂質 31.0g 炭水化物 94.5g 食塩相当 3.4g	エネルギー 742.3kcal たんぱく質 26.5g 脂質 28.2g 炭水化物 89.5g 食塩相当 3.4g
〈特定原材料7品目〉 卵、乳、小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、乳、小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、乳、小麦	〈特定原材料7品目〉 卵、乳、小麦	〈特定原材料8品目〉 小麦

◆エネルギーの表示値は目安です。◆白ライスのカロリーは326.6kcalです。
◆仕入状況によりメニュー内容を変更させていただく場合がございますのでご了承ください。
◆アレルギー特定原材料8品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ)のうち含まれるもののみを表示しています。