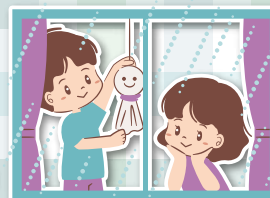


2023年

6
JUNE

Angel Foods
エンゼルフーズグループ



目玉メニュー

6月13日(火) ミックスグリル
ハンバーグとエビフライを盛り合わせ、デミグラスソースをかけました。
レストランのミックスグリルプレートをイメージしています。

6月28日(水) 鶏肉の唐揚げ&ハンバーグ
エンゼルフーズの人気おかずの鶏肉の唐揚げとハンバーグ。
甘い玉子焼きにウインナーとおにぎり、人気のおかずの詰め合わせです。
給食を楽しむ一因になってもらえたら幸いです。



がっのおべんとうメニュー

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび



みんなで食料自給率アップ!
エンゼルフーズは、FOOD ACTION NIPPON推進パートナーです。

ひとくちメモ

旬とは

6月になると、太陽の光を沢山浴びて元気に育った夏野菜が出回り始めます。この時期の代表的な野菜は、トマト・とうもろこし・胡瓜・茄子・ピーマンなどです。旬の野菜は、味が美味しくなるだけではなくビタミンなどの栄養素も豊富です。美味しい食材を食べて、ジメジメした梅雨を乗り越えましょう。

5

やさいコロッケ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 422 kcal
*タンパク質 10.5 g
*脂質 10.7 g
*塩分 1.6 g

6

チンジャオロース
フルーツポンチ
ごましおごはん

*エネルギー 410 kcal
*タンパク質 13.3 g
*脂質 11.2 g
*塩分 1.4 g

7

エンゼルカレー
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 404 kcal
*タンパク質 8.0 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

8

たらこスパゲティ
フルーツ
セサミパン

*エネルギー 385 kcal
*タンパク質 12.8 g
*脂質 16.8 g
*塩分 1.6 g

9

マーボーはるさめ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 426 kcal
*タンパク質 11.8 g
*脂質 8.8 g
*塩分 1.6 g

10

メンチカツ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 413 kcal
*タンパク質 10.1 g
*脂質 11.8 g
*塩分 1.5 g

11

キーマカレー
フルーツポンチ
しろごはん

*エネルギー 430 kcal
*タンパク質 10.7 g
*脂質 10.5 g
*塩分 1.2 g

12

チキンステーキ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 407 kcal
*タンパク質 13.1 g
*脂質 11.5 g
*塩分 1.6 g

13

やわらか
イカのでんぶら
フルーツ
ごましおごはん

*エネルギー 425 kcal
*タンパク質 12.9 g
*脂質 16.8 g
*塩分 1.6 g

14

プルコギふういため
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 423 kcal
*タンパク質 12.0 g
*脂質 11.2 g
*塩分 1.4 g

15

さかなのたつたあげ
フルーツ
そぼろごはん

*エネルギー 419 kcal
*タンパク質 14.6 g
*脂質 10.8 g
*塩分 1.3 g

16

チキンピカタ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 429 kcal
*タンパク質 14.3 g
*脂質 17.8 g
*塩分 1.5 g

17

はるまき
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 417 kcal
*タンパク質 10.0 g
*脂質 10.7 g
*塩分 1.6 g

18

やきにく
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 433 kcal
*タンパク質 10.3 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.5 g

19

とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

20

にくじゃが
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 407 kcal
*タンパク質 11.2 g
*脂質 10.2 g
*塩分 1.5 g

21

めだまやきフライ
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 414 kcal
*タンパク質 11.2 g
*脂質 9.7 g
*塩分 1.6 g

22

なつやさいカレー
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 421 kcal
*タンパク質 9.4 g
*脂質 14.0 g
*塩分 1.5 g

23

タンドリーチキン
フルーツ
しろごはん

*エネルギー 411 kcal
*タンパク質 11.4 g
*脂質 11.6 g
*塩分 1.4 g

24

目玉メニュー
ミックスグリル
フルーツ
ライス

*エネルギー 405 kcal
*タンパク質 11.2 g
*脂質 11.3 g
*塩分 1.4 g

25

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

26

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

27

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

28

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

29

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

30

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

31

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

32

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

33

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g

34

目玉メニュー
とりにくのからあげ&
ハンバーグ
フルーツ
おにぎり

*エネルギー 420 kcal
*タンパク質 13.9 g
*脂質 12.2 g
*塩分 1.6 g