

2025年

11

NOVEMBER

Angel Foods
エンゼルフーズグループ

がっのおべんとうメニュー



おすすめメニュー



11月11日(火) チーズの日

日本人とチーズの出会いのは飛鳥時代にさかのぼります。当時は「蘇」と呼ばれていました。当時のことを記した右官史記の一節に「十月文武天皇が使いをつかわし、蘇をつくらしむ」と、蘇に関する記述が初めて登場しました。旧暦10月に相当する現在の11月、そして同じ数字で覚えやすい11日が「チーズの日」になりました。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
<p>3</p> <p>ぶんかのひ</p>	<p>4</p> <p>ケチャップハンバーグ コーンソテー トマトさつま ベーコンと あおなソテー フルーツ あげパン</p> <p>*エネルギー 369 kcal *タンパク質 10.1 g *脂 質 11.3 g *塩 分 1.6 g</p>	<p>5</p> <p>きのこストロガノフ タラモサラダ エビフリッター フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 410 kcal *タンパク質 9.4 g *脂 質 12.1 g *塩 分 1.6 g</p>	<p>6</p> <p>チキンステーキ マカロニソテー はるさめサラダ ハムステーキ フルーツ おにぎり</p> <p>*エネルギー 409 kcal *タンパク質 11.0 g *脂 質 11.9 g *塩 分 1.2 g</p>	<p>7</p> <p>おこのみやき やきそば あおなのおえもの あつやきたまご カニカマ フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 404 kcal *タンパク質 9.3 g *脂 質 9.0 g *塩 分 1.6 g</p>
<p>10</p> <p>にくじゃが やさいの しおこんぶあえ だいたナゲット フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 408 kcal *タンパク質 10.5 g *脂 質 10.5 g *塩 分 1.3 g</p>	<p>11</p> <p>ささみチーズフライ ハムステーキ ケチャップマカロニ キャベツのあえもの にくだんも フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 438 kcal *タンパク質 11.3 g *脂 質 11.8 g *塩 分 1.7 g</p>	<p>12</p> <p>チキンなんばん ゆでキャベツ にんじんしりしり ぶかしも フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 425 kcal *タンパク質 10.4 g *脂 質 13.9 g *塩 分 1.1 g</p>	<p>13</p> <p>とりにくのからあげ やきそば あつやきたまご タコウイナー ブロッコリー フルーツ きなこあげパン</p> <p>*エネルギー 347 kcal *タンパク質 10.8 g *脂 質 14.0 g *塩 分 1.6 g</p>	<p>14</p> <p>エンゼルクレー とんかつ ケチャップハンバーグ えだまめと コーンのソテー フルーツポンチ しるごはん</p> <p>*エネルギー 428 kcal *タンパク質 11.5 g *脂 質 11.0 g *塩 分 1.7 g</p>
<p>17</p> <p>とりにくのからあげ エンゼルクレー ちくさやき だいこんグラッセ にんじんさつま フルーツ あげパン</p> <p>*エネルギー 363 kcal *タンパク質 9.5 g *脂 質 15.1 g *塩 分 1.6 g</p>	<p>18</p> <p>ハッシュドポーク ソーセージ コーングラッセ ちくわのいそべてん フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 423 kcal *タンパク質 13.3 g *脂 質 10.9 g *塩 分 1.4 g</p>	<p>19</p> <p>てりやきハンバーグ にくやさしいため ホイールマカロニサラダ ほしがたハムステーキ フルーツ とうふパン/コロッケ</p> <p>*エネルギー 369 kcal *タンパク質 10.7 g *脂 質 18.8 g *塩 分 1.7 g</p>	<p>20</p> <p>ブルコギふういため ソースカツ こぶさいも ヤングコーン フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 404 kcal *タンパク質 11.7 g *脂 質 10.8 g *塩 分 1.3 g</p>	<p>21</p> <p>チキンカツ トマトスパ ふゆやさいの クリームに フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 434 kcal *タンパク質 11.8 g *脂 質 10.2 g *塩 分 1.7 g</p>
<p>24</p> <p>ふりかえきゅうじつ</p>	<p>25</p> <p>コーンコロッケ やきビーフン ごもくまめに モロコしいんげん ウインナー フルーツ うさぎのりごはん</p> <p>*エネルギー 405 kcal *タンパク質 9.9 g *脂 質 10.4 g *塩 分 1.5 g</p>	<p>26</p> <p>メンチカツ とりにくのからあげ マカロニサラダ ブロッコリー フルーツ きなこあげパン</p> <p>*エネルギー 365 kcal *タンパク質 10.8 g *脂 質 15.7 g *塩 分 1.2 g</p>	<p>27</p> <p>ポークカレー コーンソテー ひとくちささみ チーズカツ にんじんに フルーツ しるごはん</p> <p>*エネルギー 409 kcal *タンパク質 9.8 g *脂 質 9.4 g *塩 分 1.7 g</p>	<p>28</p> <p>ケチャップハンバーグ くるくるマカロニソテー やさいのごまあえ アンパンマンポテト はながたんしんじょうに フルーツ ショコラロール</p> <p>*エネルギー 328 kcal *タンパク質 9.3 g *脂 質 14.3 g *塩 分 1.7 g</p>

ひとくちメモ

11月24日は[和食の日]

『いい日本食』の語呂合わせで11月24日になりました。また和食はユネスコ無形文化遺産に登録されています。国土が南北に長く、四季のある日本は、季節の食材を使用して、彩り豊かに盛り付け、おもてなしの心で料理を提供する特徴があります。和食の特徴は4つあります。①新鮮な食材を生かすいろいろな技 ②健康的な食生活を支える栄養バランス ③季節を楽しむ飾りつけやおもてなし ④絆を育む年中行事との深い関わり の4つです。

