

2024ねん

11がつ

しきてい

おべんとう

1 金 オーローリー・スパイバーグ あっさりスパイター
Eメール#-380 たんぱく8.3 えんぴん1.0

おしらせ
バソの日
21日(木)
カレ-の日
15日(金) 27日(水)
25日は、服部幸徳先生とのコラボメニュー
- 鶏とごぼうのごま味噌煮
ごみつものあいさんえいよう
Eメール#-391 たんぱく9.0 えんぴん1.0
えいようし
あらかしあきやはしとどだけし
いまにしまりか



7 木 オイソヨイため タコイソナー
Eメール#-391 たんぱく9.8 えんぴん0.8



8 金 いそへささみフライ ローローはるさめ
Eメール#-385 たんぱく6.9 えんぴん0.8



12 火 とりからあげ ミートスパイター
Eメール#-390 たんぱく10.3 えんぴん1.3



19 火 とんじろぶろに はなしらじやう
Eメール#-381 たんぱく8.9 えんぴん0.7



21 木 コーソッコック カレーごまスパイター
Eメール#-363 たんぱく7.3 えんぴん1.3



22 金 ひとごうかのみあまからいため
Eメール#-396 たんぱく11.4 えんぴん1.0



26 火 ハムカツ ぽたにくローリー・ドいため
Eメール#-405 たんぱく9.3 えんぴん1.0



28 木 ソースごのみやき とろにくヒソッコのちも
Eメール#-364 たんぱく9.9 えんぴん1.3



29 金 オムレツ さといもちゅうかいいため
Eメール#-396 たんぱく9.5 えんぴん1.1

