



# 献立表(リベルタ給食)



日付	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
昼食	豆腐ハンバーグ ごはん みそ汁	鶏肉の レモンパッパー焼き ごはん みそ汁	ソースチキン カツ丼 みそ汁	ポーク カレーライス スープ	厚揚げとピーマンの 炒め物 ごはん みそ汁	
日付	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
昼食	豚肉のぼん酢 しょうゆ和え ごはん みそ汁	ツナとニンニクの トマトスパゲッティ スープ	ほっけの 味噌焼き ごはん みそ汁	 麻婆あんかけ オムライス スープ	アジフライ ごはん みそ汁	
日付	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
昼食	<b>お休み</b>	 鯖の七味焼き ごはん みそ汁	ポークチャップ ごはん みそ汁	白身魚フライの タルタルソース添え ごはん みそ汁	キーマカレー スープ	
日付	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
昼食	<b>お休み</b>	はんぺんチーズ フライ ごはん みそ汁 ♡お楽しみデザート	焼肉ピラフ スープ	チキンコーン チーズ焼き ごはん みそ汁	味噌ラーメン	
日付	30日(月)					
昼食	鶏肉の照り焼き丼 みそ汁					

## 9/11 (水) ~ほっけの味噌焼き~

ほっけはカルシウム豊富。またビタミンの一種であるナイアシンが多く含まれています。

近年、日本では魚の摂取量が減少傾向にあり、値段も上がっていますが、

リベルタではメニューに魚を積極的に取り入れています。

ほっけの味噌焼きに使われる味噌だれも、ニンニク・醤油などと混ぜて

厨房で手作りしています。ぜひご賞味ください。



※食材仕入の都合により、メニュー変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いします。リベルタランチ