

12月5日メニュー：キャベツの花焼売弁当



名称：キャベツの花焼売弁当

原材料名：ご飯(国産米)、焼売(豚肉、キャベツ、たまねぎ、たけのこ、片栗粉、酒、オイスターソース、しょうゆ、砂糖、しょうが、ごま油、コーン、鶏がらスープの素、食塩)、かぼちゃのきんぴら(かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、みりん、油、砂糖、ごま、食塩)、夏野菜のナムル(オクラ、アスパラガス、赤パプリカ、しょうゆ、ごま油、にんにく、甜麺醬、豆板醬)、煮豆(白いんげん豆、砂糖、水あめ、塩)、(一部に卵・大豆・小麦・牛肉・豚肉・ごまを含む)

内容量：1食

消費期限：2020.12.5 午後6時

保存方法：直射日光を避けてください。

製造者：学校法人 東京聖栄大学

〒124-8530 東京都葛飾区西新小岩1丁目4-6

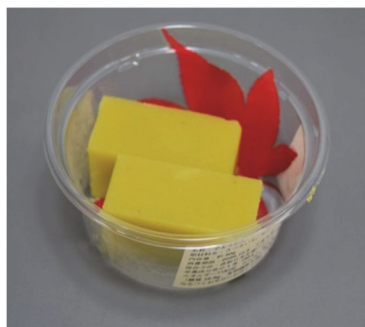
レンジ加熱目安 600W 1分25秒 500W 1分45秒

栄養成分表示1食当たり(推定値)

エネルギー751kcal たんぱく質27.3g 脂質23.6g

炭水化物104.0g (糖質96.5g、食物繊維7.5g)食塩相当量3.1g

なるべく早目にお召し上がりください。



名称：芋ようかん

原材料名：さつまいも、砂糖、寒天

内容量：約50g

消費期限：2020.12.5 午後6時

保存方法：直射日光を避けてください。

栄養成分表示1食(50g)当たり(推定値)

エネルギー71kcal たんぱく質0.4g 脂質

0.1g 炭水化物17.7g

(糖質16.8g、食物繊維0.9g)食塩相当量0.0g

なるべくお早目にお召し上がりください。

図 18 12月5日弁当及び栄養成分表示等

12月12日メニュー：からあげの野菜あんかけ弁当



名称：唐揚げの野菜あんかけ弁当

原材料名：ご飯(国産米)、唐揚げ(鶏肉、たまねぎ、赤パプリカ、アスパラガス、しめじ、砂糖、酢、しょうゆ、片栗粉、油、酒、しょうが、にんにく)、ナスとベーコンの洋風炒め(なす、えのきたけ、にんじん、青ピーマン、ベーコン、にんにく、塩、オリーブ油、唐辛子、こしょう、パセリ)、かぼちゃサラダ(かぼちゃ、たまねぎ、低脂肪乳、マヨネーズ、チーズ、塩、こしょう)、煮豆(白いんげん豆、砂糖、水あめ、塩)、(一部に卵・大豆・小麦・乳成分を含む)

内容量：1食

消費期限：2020.12.12 午後6時

保存方法：直射日光を避けてください

製造者：学校法人 東京聖栄大学

〒124-8530 東京都葛飾区西新小岩1丁目4-6

レンジ加熱目安 600W 1分25秒 500W 1分45秒

栄養成分表示1食当たり(推定値)

エネルギー749kcal たんぱく質28.1g 脂質22.9g

炭水化物105.5g (糖質98.1g、食物繊維7.4g)食塩相当量2.3g

なるべくお早目にお召し上がりください。



名称：さつまいものきんとん

原材料名：さつまいも、砂糖、抹茶パウダー、レモン汁、ホイップクリーム、(一部に乳成分を含む)

内容量：約70g

消費期限：2020.12.12 午後6時

保存方法：直射日光を避けてください

栄養成分表示1食(70g)当たり(推定値)

エネルギー150kcal たんぱく質1.1g

脂質6.5g 炭水化物21.9g (糖質20.1g、食物繊維

1.8g)食塩相当量0.1g

なるべくお早目にお召し上がりください。

図 19 12月12日弁当及び栄養成分表示等

12月19日メニュー：彩り野菜を添えたキーマカレー弁当



名称：彩り野菜を添えたキーマカレー弁当

原材料名：ターメリックライス(国産米、ターメリック、パセリ)、キーマカレー(たまねぎ、トマト缶、豚肉、卵、なす、りんご、ズッキーニ、赤パプリカ、かぼちゃ、オクラ、ウスターソース、カレー粉、にんにく、しょうが、オリーブ油、はちみつ、植物油、塩、)、ひじきとツナのマヨ和え(ツナ、にんじん、枝豆、マヨネーズ、しょうゆ、ひじき)、キャベツのピリ辛和え(キャベツ、たまねぎ、ブロッコリースプラウト、春雨、砂糖、しょうゆ、酒、ごま油、ごま、豆板醤、しょうが、糸唐辛子)、(一部に卵・大豆・小麦・豚肉・ごまを含む)

内容量：1食

消費期限：2020.12.19 午後6時

保存方法：直射日光を避けてください。

製造者：学校法人 東京聖栄大学

〒124-8530 東京都葛飾区西新小岩1丁目4-6

レンジ加熱目安 600W 1分25秒 500W 1分45秒

栄養成分表示1食当たり(推定値)

エネルギー808kcal たんぱく質29.3g 脂質29.2g

炭水化物104.4g (糖質94.4g、食物繊維10.0g)食塩相当量3.3g

なるべくお早目にお召し上がりください。



名称：洋生菓子

原材料名：ゴールデンキウイ、りんご、クリームチーズ、砂糖、はちみつ、赤ワイン、(一部に乳成分を含む)

内容量：約70g

消費期限：2020.12.12 午後6時

保存方法：直射日光を避けてください。

栄養成分表示1食(70g)当たり(推定値)

エネルギー150kcal たんぱく質1.1g

脂質6.5g 炭水化物21.9g (糖質20.1g、食物繊維1.8g)食塩相当量0.1g

なるべくお早目にお召し上がりください。

図 20 12月19日弁当及び栄養成分表示等