

# 3月 お弁当献立表

3月16日 から 3月31日

管理栄養士のコメント【食中毒予防！スマホの利用場所には気を付けて！】

ノロウイルスなどによる感染性胃腸炎(食中毒)が広がっています。最新の1週間の患者数が、この時期としては過去10年間で最も多くなっているそうです。感染性胃腸炎が増えている背景について厚労省は、「各地の飲食店などで起きている食中毒もひとつの要因として考えられる」としています。ノロウイルスの特徴の一つは、アルコール消毒が効きづらいということです。予防としてはしっかり手洗い。石けんと流水による手洗いをさせていただくことが一番大事です。そして、厚労省は、感染した人の嘔吐物などを処理する際は、二次感染を防止するために使い捨てのマスクや手袋を着用してほしいと呼びかけています。これを踏まえて、感染を防ぐには、“ある場所”でのスマホの利用に注意が必要です。嘔吐や下痢という意味では、トイレの中が一番汚染されやすいので、トイレの中でのスマホの使用はもう避けた方が良いでしょう。

17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
<b>ハムソーゼージカツ</b> チーズオムレツ 切干大根煮 春雨サラダ	<b>助宗タラの竜田揚げ</b> ひじき炒り煮 たまねぎ時雨煮 わかたけ煮	<b>チキンハムカツ</b> マカロニサラダ じゃがいも煮付け こんにやく炒め		<b>木の葉とじ煮</b> メンチカツ 春雨炒め煮 昆布豆煮	<b>おまかせ メニュー</b>
500Kcal 脂質30.9g   塩分3.9g	360Kcal 脂質17.9g   塩分3.4g	398Kcal 脂質22.4g   塩分3.6g		459Kcal 脂質24.6g   塩分3.9g	
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
<b>野菜春巻 醤油焼きそば</b> 絹厚揚げ煮 わかめ胡麻和え テータースティック	<b>高野豆腐の玉子とじ煮</b> コロッケ 切干大根煮 青菜煮浸し	<b>照焼ハンバーグ</b> ポテトサラダ ひじき炒り煮 レンコン天ぷら	<b>白身フライ</b> 坦々春雨 竹輪磯辺揚げ 若竹煮	<b>カニクリームコロッケ</b> ポテトサラダ プレーンオムレツ キャベツ胡麻油炒め	<b>おまかせ メニュー</b>
480Kcal 脂質29.9g   塩分3.9g	423Kcal 脂質24g   塩分3.4g	412Kcal 脂質20g   塩分4.2g	393Kcal 脂質25.1g   塩分4.2g	405Kcal 脂質23.5g   塩分3g	
31日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
<b>ハムカツとコロッケの デミソースかけ</b> 切干大根煮 青菜煮浸し 春雨サラダ					
443Kcal 脂質24.7g   塩分4.2g					

\* ごはん1食分のエネルギーは385kcalです。

\* 当社は、契約農家で栽培された有機野菜、自社水耕栽培野菜を一部使用しております。

ご注意： **・昨今の情勢から仕入が不安定な為、献立が変更になることがあります。**

- ・昼食は配達当日の午後1時までにお召し上がりください。
- ・直射日光のあたる場所、極端に温度の高い所、湿気の多いジメジメした場所には置かないでください。

ランチ花梨

姫路市香寺町中仁野502番地  
TEL 079-232-3272  
FAX 079-232-6683

神戸配送センター

兵庫県神戸市西区樋谷町松本809-1  
TEL 079-232-3272  
FAX 079-232-6683