

# 令和5年8月 献立表 (一般食)

TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866 味彩燕



1日(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		5日(土)			
れんこんの甘辛炒め		ジャージャー麺	A	焼肉	A	あんかけやきそば	A・D	<b>休業日</b>			
カレーコロッケ	A・C・D	イカフライ	A	ささみフライ	A・D	手羽元のあぶり焼チキン	A・D				
パンサンスー	A	ホイコーロー	A	大根とこんにゃくのみそ煮	A・C	ジャーマンポテト	D				
マカロニソテー	A・D	もやしとコーンのおひたし	A	梅和え	A	大根とカニ蒲鉾の酢の物	A・C・G	<b>休業日</b>			
和え物		油炒め	A・C・D	厚揚げのオイスター炒め		煮物	D				
青かっぱ	A	細切白大根漬	A	つぼ漬	A	煮付(しいたけ)	A・D				
エネルギー 456kcal 脂質 27.3g たんぱく質 11.4g 食塩相当量 2.2g		エネルギー 304kcal 脂質 12.7g たんぱく質 14.7g 食塩相当量 2.4g		エネルギー 350kcal 脂質 21.8g たんぱく質 17.0g 食塩相当量 2.5g		エネルギー 435kcal 脂質 21.5g たんぱく質 16.9g 食塩相当量 4.0g					
7日(月)		8日(火)		9日(水)		10日(木)		11日(金)			
カラフルチンジャオロース	A	スパゲティ和え	A	焼うどん	A	チキンカレー	A・D・E	<b>休業日</b>			
ハムカツ	A	ハンバーグ	A・D	手作りから揚げ	A・D	うずら串フライ	A・C				
切干大根五目煮	A・D	ケチャップソース		春雨サラダ	C	マカロニサラダ	A・D				
和風サラダ	A	わかめドレッシング	A・D	キャベツの辛子和え		黒胡椒炒め		<b>休業日</b>			
ソテー		ゴーヤとちくわの炒め物	A・C	けんちん煮	D	たけのこの土佐煮	A・D				
華大根		こんにゃく煮付 他	A・D	細切り大根漬	A	福神漬	A				
エネルギー 207kcal 脂質 7.7g たんぱく質 12.1g 食塩相当量 2.3g		エネルギー 276kcal 脂質 12.0g たんぱく質 12.4g 食塩相当量 3.1g		エネルギー 359kcal 脂質 16.4g たんぱく質 14.6g 食塩相当量 3.4g		エネルギー 317kcal 脂質 19.3g たんぱく質 11.2g 食塩相当量 3.4g					
14日(月)		15日(火)		16日(水)		17日(木)		18日(金)			
<b>休業日</b>		<b>休業日</b>		<b>休業日</b>		マカロニソテー	A	茹野菜		スパゲティナーポリタン	A・C・D
						メンチかつ	A・C・D	ハンバーグ	A・D	たっぷりベーコン粒マスタードフライ	A・C・D
						ごまソース		手づくりおろしソース	A	大豆とひじきの磯香煮	A・D
<b>休業日</b>		<b>休業日</b>		<b>休業日</b>		洋風金平	A	なすの生姜炒め	A・D	大根のごまドレッシング	A・D
						もやしの土佐和え	A	キャベツのごま和え	A	黒胡椒炒め	
						白麻婆豆腐	A	さっと煮	A・C・D	煮付(丸あげ)	A・D
<b>休業日</b>		<b>休業日</b>		<b>休業日</b>		細切さくら漬	A	赤かっぱ	A		
						エネルギー 403kcal 脂質 20.6g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 2.4g		エネルギー 228kcal 脂質 9.0g たんぱく質 11.1g 食塩相当量 1.8g		エネルギー 224kcal 脂質 10.7g たんぱく質 8.4g 食塩相当量 2.4g	
21日(月)		22日(火)		23日(水)		24日(木)		25日(金)			
八宝菜		あじフライ	A	塩焼そば	A・D	マカロニのトマト煮	A・D	ポークカレー	A・D・E	<b>休業日</b>	
中華チリ春巻	A	麻婆春雨	A	海鮮串カツ	A	たっぷり枝豆フライ	A・D	白身フライ	A		
野菜の含め煮	A・D	マリネ	A	切昆布の煮物	A・C・D	キャベツソテー	A・D	わさびマヨサラダ	A・C		
翁和え	A・C	沢庵和え	A	コールスローサラダ	A	酢とからし和え物		もやしのごま和え	A・C	<b>休業日</b>	
切り干し大根のサラダ	A・D	大根炒り煮	D	大根の生姜煮	A・D	山くらげの旨煮	A・D	れんこんの塩昆布炒め			
つぼ漬	A	しそ昆布	A	野沢菜かっぱ	A	しば漬		福神漬	A		
エネルギー 207kcal 脂質 5.5g たんぱく質 9.5g 食塩相当量 2.7g		エネルギー 371kcal 脂質 12.9g たんぱく質 19.3g 食塩相当量 3.3g		エネルギー 259kcal 脂質 7.9g たんぱく質 11.3g 食塩相当量 2.5g		エネルギー 243kcal 脂質 11.0g たんぱく質 10.2g 食塩相当量 1.7g		エネルギー 282kcal 脂質 16.5g たんぱく質 10.1g 食塩相当量 3.3g			
28日(月)		29日(火)		30日(水)		31日(木)		<div style="border: 2px dashed red; padding: 5px;"> <p>※毎日お届けするお弁当は食品衛生上、午後1時までにお召し上がり下さい。</p> <p>※お弁当の置き場所は直射日光を避け、高温にならない所をお願い致します。</p> <p>※仕入れ等の都合により、献立を変更することがあります。</p> <p>※お米は、新潟県産です。 ごはんは、お米で小盛80g・284Kcal、並盛120g・427kcalです。</p> </div>			
酢豚		鶏丼風	A・D	キャベツソテー		鶏の南蛮漬					
目玉焼フライ	A・C	紫芋コロッケ	A	洋風かつどん	A	カニカマサラダ	C				
ピーマンソテー	A	ワカメともやしの酢の物	A	チキンカツ	A・D	ごぼう甘辛煮	A・D				
和え物	A	蒸し鶏の中華和え	A・C	春雨サラダ	C	煮物	A				
大豆とひじきの磯香煮	A・D	利久炒め	A	もやしの梅肉和え	A	スープ煮(丼ポール)	A				
みかん缶		青かっぱ	A	オイスターソース炒め							
エネルギー 420kcal 脂質 25.5g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 3.3g		エネルギー 337kcal 脂質 14.7g たんぱく質 14.9g 食塩相当量 2.9g		エネルギー 364kcal 脂質 19.6g たんぱく質 13.1g 食塩相当量 2.6g		エネルギー 369kcal 脂質 22.0g たんぱく質 15.8g 食塩相当量 2.7g					

アレルギー表示) A:小麦 B:そば C:卵 D:乳 E:落花生 F:えび G:かに