

令和5年9月 献立表 (特食)

TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866 味彩燕

※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。
 ※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。
 ※仕入れ等の都合により、献立を変更することがあります。
 ※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。
 ※お弁当容器は電子レンジ対応ではありません。容器劣化の原因になります。



1日(金)		2日(土)									
あんかけやきそば	A・D	休業日									
にら饅頭	A										
えびカツ	A・F										
田舎煮	A・D										
キャベツのごま和え	A										
大豆とひじきの磯香煮	A・D										
鮭フレーク											
みかん缶											
エネルギー 319kcal 脂質 11.5g											
たんぱく質 14.7g 食塩相当量 2.5g											
8日(金)		9日(土)									
カラフルチンジャオロース	A	休業日									
カレーコロッケ	A・C・D										
あらびきウインナー											
チキンサラダ	A・C										
厚揚げの煮物	A・D										
無限こんにゃく	A・D										
しそ昆布	A										
細切り大根漬	A										
エネルギー 383kcal 脂質 18.2g											
たんぱく質 13.3g 食塩相当量 3.2g											
11日(月)		12日(火)		13日(水)		14日(木)		15日(金)		16日(土)	
ほうれん草クリームパスタ	A・C・D	酢豚		カレーシチュー	A・D・E	鶏丼風	A・D	なすの味噌炒め	A・D	休業日	
ふっくらオムレツ	C	白身フライ	A	ピーマン肉詰め	A・C	あじ大葉梅肉フライ	A	ささみチーズフライ	A・D		
ハムカツ	A	クリーミーコーンコロッケ	A・D	豚串カツ	A・C・D	高菜まんじゅう	A	ぎょうざフライ	A・D		
大根の甘辛煮	A・D	パンサンスー	A・D	ツナサラダ	A	切り干し大根の焼そば風	A・C	中華炒め	A		
こんにゃくサラダ	A・D	キャベツとカニ蒲鉾の酢の物	A・C・G	白菜のおひたし	A	しょうゆフレンチ	A	梅生姜和え	A		
沢庵和え	A	大根の生姜煮	A・D	こんにゃくの炒め物	A・D	黒胡椒炒め		白麻婆豆腐	A		
さつま揚げの煮付	A・D	味付ザーサイ	A	煮付(紅葉しんじょう)	A・C・D	青かっぱ	A	こんにゃく煮付	A・D		
ピリからしみそ	A	しば漬		福神漬	A	茶花豆		野沢菜かっぱ	A		
エネルギー 312kcal 脂質 13.2g		エネルギー 440kcal 脂質 25.2g		エネルギー 481kcal 脂質 30.9g		エネルギー 371kcal 脂質 17.3g		エネルギー 317kcal 脂質 15.1g			
たんぱく質 14.9g 食塩相当量 3.6g		たんぱく質 14.4g 食塩相当量 3.9g		たんぱく質 15.9g 食塩相当量 3.9g		たんぱく質 18.3g 食塩相当量 3.4g		たんぱく質 14.8g 食塩相当量 2.6g			
18日(月)		19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)		23日(土)	
敬老の日		マカロニソテー	A	リヨネーズポテト	A・C	ホイコーロー	A	塩焼そば	A・D	休業日	
		洋風かつどん	A	たっぷりベーコントマトフライ	A・C・D	鶏ムネ唐揚	A・C	三角春巻えび	A・F		
		目玉風オムレツ	C・D	うずら串フライ	A・C	おからの煮物	A	竹輪の磯辺揚げ	A・C・D		
		チキンカツ	A	切り干し大根中華サラダ	A・C	たけのこの油炒め	A	すき焼き風煮			
		カニカマ入り春雨サラダ	A・C・F・G	キャベツソテー		甘酢あん棒肉団子	A・C・D	わかめドレッシング	A		
		もやしの梅肉和え	A	れんこんのごま炒め	A	煮付(精進がんも)	A・D	ふきの金平	A		
オイスターソース炒め		華大根		煮付(焼竹輪)	A・C・D	ミニカップなめ茸	A				
パイン缶		しょうがみそ	A	青かっぱ	A	青しその実漬	A				
エネルギー 363kcal 脂質 16.4g		エネルギー 481kcal 脂質 32.5g		エネルギー 451kcal 脂質 28.4g		エネルギー 339kcal 脂質 17.2g		たんぱく質 9.4g 食塩相当量 3.2g			
たんぱく質 13.0g 食塩相当量 3.4g		たんぱく質 10.7g 食塩相当量 3.8g		たんぱく質 20.6g 食塩相当量 2.6g		たんぱく質 17.6g 食塩相当量 2.8g					
25日(月)		26日(火)		27日(水)		28日(木)		29日(金)		30日(土)	
ジャージャー麺	A	鯖の味噌煮	A・D	カツ丼風	A・C・D	れんこんの甘辛炒め		トマト煮	A・D	せんキャベツ	
目玉焼フライ	A・C	ふき煮付		エビフライ	A・F	紫芋コロッケ	A	手羽元のおぶり焼チキン		あじフライ	A
ミニ野菜コロッケ	A	花かまぼこ	A・C	つぼ漬	A	ふんわり豆腐ナゲット	A・D	ミニ野菜春巻	A	かにクリーミーコロッケ	A・D・G
れんこんサラダ		せんキャベツ		おでん風	A・C・D	豚キムチ	A・F	麻婆春雨	A	ミニソース	
メンマのピリ辛煮	A・D	メンチカツ	A・D	もやしのおひたし	A	蒸し鶏の中華和え	A・C	もやしのピリ辛和え	A	キャベツと鶏肉のサラダ	A・C
利久炒め	A	中華炒め	A・C	たけのこの土佐煮	A・D	いんげんのごま和え	A	けんちん煮	D	壺もやし	A
タレ付ミートボール	A・D	切り干し大根サラダ	A・D	青のり若布	A	煮付(焼竹輪)	A・C・D	カレーボール	A・D	山くらげの旨煮	A
しそ昆布	A	梅生姜	A	煮付(扇ふ)	A・D	しば漬		青かっぱ	A	細切大根漬 他	
エネルギー 421kcal 脂質 21.7g		エネルギー 417kcal 脂質 25.8g		エネルギー 347kcal 脂質 14.9g		エネルギー 551kcal 脂質 34.2g		エネルギー 311kcal 脂質 13.2g		エネルギー 250kcal 脂質 10.6g	
たんぱく質 14.1g 食塩相当量 3.3g		たんぱく質 18.0g 食塩相当量 3.8g		たんぱく質 17.7g 食塩相当量 2.7g		たんぱく質 17.0g 食塩相当量 3.4g		たんぱく質 17.6g 食塩相当量 2.8g		たんぱく質 9.8g 食塩相当量 2.3g	

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