

令和5年12月 特食献立表

TEL0256-63-4624

FAX0256-63-6866



※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、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。

年越しは是非
味彩燕のおせち・オードブルで！！

詳しくはお問い合わせください！



1日(金)		2日(土)									
ホイコーロー	A	休業日									
豚ロース串かつ	A										
竹輪天ぷら	A・C・D										
おからの煮物	A										
ワカメの酢の物	A										
ピリ辛炒め	A										
さくら漬	A										
煮付(玉こんに)	A・D										
エネルギー 527kcal 脂質 21.3g											
たんぱく質 14.4g 食塩相当量 3.7g											
4日(月)		5日(火)		6日(水)		7日(木)		8日(金)		9日(土)	
ペスカトーレ	A・F	クリーム煮	A・D	かつ丼風	A・C・D	豚肉と野菜の梅肉炒め	A	スパゲティ和え	A	もやし	
オムレツ	C	カレーコロッケ	A・C	えびフライ	A・C・F	イカフライ	A	ハンバーグ	A・D	白身魚のかにあんかけ	A・C・D・G
鶏ムネから揚げ	A・C	あじ竜田	A	花かまぼこ	A・C	ホタテ風味蒲鉾フライ	A・C・G	デミソース		水餃子	A・D
含め煮	A	切干大根炒め煮		中華炒め	A	チキンサラダ	A・C	うずら串フライ	A・C	麻婆春雨	A
さっぱり和え		野菜炒め		もやしのごま和え	A・C	キャベツソテー	D	肉じゃが	A・D	大根の甘酢和え	A
沢庵和え	A・D	たけのこの土佐煮	A・D	大根のかす煮	A	こんにゃくの炒め物	A・D	ごま和え	A・D	白菜の旨煮	D
しそ昆布	A	しばかつぱ	A	つぼ漬	A	青かつぱ	A	若竹煮	A・D	青かつぱ	A
白大根(ゆず風味)		ピリッカラからしみそ	A	手作りひじきふりかけ	A・D	手作りあさり佃煮	A・D	華大根 他		カレーボール	A・D
エネルギー 391kcal 脂質 10.9g		エネルギー 460kcal 脂質 17.9g		エネルギー 523kcal 脂質 15.5g		エネルギー 502kcal 脂質 22.6g		エネルギー 418kcal 脂質 20.1g		エネルギー 560kcal 脂質 17.3g	
たんぱく質 15.0g 食塩相当量 3.0g		たんぱく質 14.1g 食塩相当量 3.6g		たんぱく質 16.1g 食塩相当量 3.2g		たんぱく質 19.0g 食塩相当量 2.5g		たんぱく質 16.8g 食塩相当量 3.1g		たんぱく質 12.9g 食塩相当量 3.0g	
11日(月)		12日(火)		13日(水)		14日(木)		15日(金)		16日(土)	
ソース焼そば	A・D	付)千キャベツ		チキンカレー	A・D・E	ペペロンチーノ	A・D	カラフルチンジャオロース	A	休業日	
ハムステーキ		あじフライ	A	メンチカツ	A・D	ハムカツ	A	クリーミーコーンコロッケ	A・D		
あぶり焼きチキンステーキ塩		ミニコーンコロッケ	A	えびカツ	A・F	三角さつま芋	A	ふんわり豆腐ナゲット	A・D		
れんこん金平	A	ミニソース		春雨サラダ	C	オイスターソース炒め		すき焼き風煮			
キャベツとカニカマの酢の物		豚キムチ	A・F	メンマのピリ辛煮	A・D	こんにゃくサラダ	A・D	もやしとコーンのおひたし	A		
利久炒め 他	A	大根の油炒め 他	A	黒胡椒炒め		大根とあさりの炒め物	A・D	れんこんの炒り煮	A		
ハンフライ献立		深川めし		福神漬		つぼ漬	A	白大根(ゆず風味)			
エネルギー 481kcal 脂質 16.8g		エネルギー 540kcal 脂質 16.6g		エネルギー 545kcal 脂質 20.8g		エネルギー 492kcal 脂質 20.0g		エネルギー 485kcal 脂質 20.4g			
たんぱく質 18.7g 食塩相当量 3.5g		たんぱく質 15.2g 食塩相当量 3.5g		たんぱく質 12.2g 食塩相当量 4.4g		たんぱく質 17.3g 食塩相当量 3.9g		たんぱく質 16.9g 食塩相当量 3.2g			
18日(月)		19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)		23日(土)	
八宝菜		付)千キャベツ		ハヤシシチュー	A・D・E	鯖の味噌煮	A・D	スパゲティーナポリタン	A・D	休業日	
三角春巻	A・F	タレかつ	A・D	野菜コロッケ	A・C・D	ふき煮付		手作り唐揚げ	A・C		
あらびきウインナー		いか磯辺揚げ	A・C・D	チキンナゲット	A	煮付(花さつま)	A・C	しゅうまい	A・D		
ピリ辛サラダ	A・C	麻婆大根	A	わかめドレッシング	A	えびチリ	A・C・F	切昆布の煮物	A・C・D		
野菜ソテー	C	れんこんサラダ		もやしのだんご	A	キャベツソテー		煮付(しいたけ)	A・D		
山くらげの旨煮	A・D	こんにゃくの甘辛煮	A・D	豆腐と枝豆の煮物	A・D	切干し大根サラダ	A	金平ごぼう 他	A		
青かつぱ	A	しば漬		さくら漬	A	はりはり漬	A	コーンピラフ			
鮭フレーク		梅生姜		煮付(揚げボール)	A・C・D・F	厚焼き玉子	A・C	エネルギー 577kcal 脂質 21.4g			
エネルギー 444kcal 脂質 19.8g		エネルギー 540kcal 脂質 24.9g		エネルギー 568kcal 脂質 17.5g		エネルギー 555kcal 脂質 21.8g		たんぱく質 13.7g 食塩相当量 3.3g			
たんぱく質 11.8g 食塩相当量 2.3g		たんぱく質 17.6g 食塩相当量 2.5g		たんぱく質 13.5g 食塩相当量 4.5g		たんぱく質 16.6g 食塩相当量 2.7g					
25日(月)		26日(火)		27日(水)		28日(木)		29日(金)		30日(土)	
ちゃんぽんうどん	A・C・D	れんこん甘辛煮	A・D	リヨネーズポテト	A・C	カレーシチュー	A・D・E	酢豚		休業日	
にら饅頭	A	さばのカレー風味フライ	A・C	マスタードフライ	A	ピーマン肉詰めフライ	A・C	白身フライ	A		
あじ大葉梅肉フライ	A	いかキャベツカツ	A	ミニ野菜春巻	A	ミニとろ〜り目玉風オムレツ	C・D	揚げ餃子	A・D		
中華ソテー	A・C	味噌煮		ひじき煮	A・D	豚肉とキャベツのごま和え	A	パンサンズー	A・D		
おかか和え		キャベツのごま和え	A	梅ザーサイ和え	A	たけのこの油炒め	A	和え物	A		
大根サラダ	A	麻婆豆腐	A	キャベツソテー		大根の生姜煮	A・D	ふきの金平	A・D		
生姜みそ	A	華大根		タレ付ミートボール	A・D	白揚げ紅生姜の煮付	A・D	つぼ漬	A		
青かつぱ	A	青のり若布入り	A	野菜菜かつぱ	A	福神漬	A	穂先メンマ			
エネルギー 428kcal 脂質 15.6g		エネルギー 480kcal 脂質 13.2g		エネルギー 503kcal 脂質 21.5g		エネルギー 533kcal 脂質 19.8g		エネルギー 520kcal 脂質 21.6g			
たんぱく質 15.6g 食塩相当量 5.3g		たんぱく質 18.7g 食塩相当量 3.6g		たんぱく質 10.9g 食塩相当量 2.8g		たんぱく質 13.1g 食塩相当量 3.8g		たんぱく質 12.1g 食塩相当量 3.3g			

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