



令和6年1月 夕飯献立票



1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
休業日	休業日	休業日	かに玉 甘酢あん A・C・F・G 水餃子 A・D ビーフンソテー A マカロニサラダ 若竹煮 A・C・D 佃煮 漬物 A	せんキャベツ タしかつ A・D 五目豆 A・C ポテトサラダ A・C・D れんこんの青のり炒め 佃煮 漬物 A	チキンカレー A・D・E 白身フライ A ハンサンスー A・C・D キャベツソテー けんちん煮 D 佃煮 漬物 A
			エネルギー 225kcal 脂質 7.5g たんばく質 10.8g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 369kcal 脂質 19.5g たんばく質 15.8g 食塩相当量 3.3g	エネルギー 323kcal 脂質 14.3g たんばく質 13.9g 食塩相当量 3.2g
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
休業日	ちゃんちゃん焼風 D グレープフルーツ A 鶏肉と野菜の含め煮 A・D 青菜のお浸し A 金平ごぼう A ミニカップなめ茸 A 漬物 A	せんキャベツ あじフライ A ミニソース ミニトマト 切昆布と大根の煮物 A・D もやしのナムル A 煮付(絹揚げ) A・D 煮付(えび団子) 他 A・C・D・F・G	ナポリタン A・D 鶏肉のマスタード焼き A ポム・デュセス D キャベツの味噌炒め 梅と大根のササミサラダ C 甘辛煮 A・D 佃煮 漬物 A	生姜焼き ハムチーズフライ A・D おでん風 A・C・D 青菜とゆばのお浸し A 春巻 A 佃煮 漬物 A	パンプキンサラダ C 牛ごぼうコロッケ A・C・D 大根五目煮 A・D キャベツ和え A りんご 佃煮 漬物 A
	エネルギー 221kcal 脂質 9.0g たんばく質 15.5g 食塩相当量 2.2g	エネルギー 233kcal 脂質 7.6g たんばく質 11.6g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 340kcal 脂質 16.0g たんばく質 16.8g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 404kcal 脂質 26.9g たんばく質 13.7g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 286kcal 脂質 15.1g たんばく質 6.6g 食塩相当量 1.6g
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
白身魚のきのこソースかけ A 花かまぼこ A・C 北海道グラタン A・D・F チキンナゲット A・C キャベツとチーズのスクランブルエッグ C・D もやしの辛子和え 佃煮 漬物 A	ほうれん草の Pasta A ササミフライ C 黒酢炒め A 柚子胡椒和え A・C 煮付(こんにゃく) A・D 煮付(がんも) A・D 佃煮 漬物 A	麻婆春雨 A イカピリ辛焼き A 大根のかす煮 A あっさり漬け A ペペロンソテー 大学芋 A 佃煮	ネギ塩豚炒め A メンチカツ A・D ハンサンスー A・C・D 肉じゃが A・D 白菜のごま和え A 佃煮 漬物 A	スパゲティ和え A ハンバーグ A・D おろしソース A・D カップグラタン A・D・F れんこんとハムのサラダ A・D 翁和え A・C けんちん煮 D 佃煮 他	休業日
エネルギー 327kcal 脂質 19.5g たんばく質 19.2g 食塩相当量 1.6g	エネルギー 482kcal 脂質 21.8g たんばく質 24.2g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 247kcal 脂質 5.0g たんばく質 14.7g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 483kcal 脂質 29.8g たんばく質 16.0g 食塩相当量 3.4g	エネルギー 308kcal 脂質 10.8g たんばく質 16.0g 食塩相当量 2.2g	
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
ハヤシライス ピーマン肉詰めフライ A・C 大根と鶏肉の旨煮 D ゆかり和え A 青豆サラダ A・C 佃煮 漬物 A	ホッケの塩焼き かき揚げ A・C・D ミニしょうゆ A 磯辺揚げ A・C・D 大根の金平煮 A・D 野菜炒め A 煮付(さつまいも) A・D 煮付(結び昆布) 他 A・D	豆腐ハンバーグのきのこあんかけ C キャベツ チンジャオロース A ワカメともやしの酢の物 A カレーソテー 佃煮 漬物 A	ソース焼そば A・D イカフライ A コロコロサラダ A・D おかか炒め 磯香和え A 佃煮 漬物 A	油淋鶏 A・C せんキャベツ ひじきサラダ A・D ザーサイ炒め A・C 煮付(しいたけ) A・D 煮付(大根) A・D 佃煮 漬物 他 A	休業日
エネルギー 366kcal 脂質 22.7g たんばく質 11.8g 食塩相当量 3.4g	エネルギー 275kcal 脂質 10.7g たんばく質 12.2g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 189kcal 脂質 6.4g たんばく質 12.1g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 329kcal 脂質 12.6g たんばく質 18.1g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 317kcal 脂質 16.2g たんばく質 14.1g 食塩相当量 3.9g	
29日(月)	30日(火)	31日(水)	<div style="border: 1px dashed red; padding: 5px;"> <p>※仕入れの都合上献立を変更する場合があります。</p> <p>※おかずの容器は電子レンジ対応になっています。</p> <p>※お米は新潟県産です。</p> <p>※ごはんはお米で120g・427kcalです。</p> <p>※当日の変更は10時までお願いします。</p> </div>		
パンプキンシチュー A・D 鶏肉の照り焼き こんにゃくサラダ A・D 甘辛煮 A・D パイ 佃煮 漬物 A	揚げ出し豆腐の肉みそあんかけ A 煮付(大根) A・D 五目豆 A・C パンネのクリーム煮 A・D 甘酢和え A 佃煮 漬物 A	酢豚 焼目付き棒餃子 A 煮菜 A・D 金平ごぼう A ひじきふりかけ A・D 佃煮 漬物 A			
エネルギー 327kcal 脂質 16.9g たんばく質 16.4g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 254kcal 脂質 8.8g たんばく質 13.2g 食塩相当量 3.8g	エネルギー 423kcal 脂質 27.5g たんばく質 14.1g 食塩相当量 3.1g			

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

TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866