

令和6年2月 献立表(一般食)

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。



1日(木)	2日(金)	3日(土)
ペスカトーレ A・D・F オムレツ C 野菜の含め煮 A・D さっぱり和え A 沢庵和え A しそ昆布 A ハンフライ献立	カラフルチンジャオロース A クリーミーコーンコロッケ A・D すき焼き風煮 もやしとコーンのおひたし A 炒り煮 白大根(ゆず風味)	休業日
エネルギー 311kcal 脂質 7.1g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 415kcal 脂質 15.1g たんぱく質 8.1g 食塩相当量 3.1g	

5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
焼うどん A 粒マスタードフライ A 里芋の煮物 A 大根の甘酢和え A 海鮮炒め A しば漬	チキンカレー A・D・E イカフライ A 豚肉とキャベツのごま和え A たけのこの油炒め A 大根の生姜煮 A・D 福神漬 A	スパゲティーナポリタン A・C・D 手作りから揚げ 切昆布の煮物 A・C・D 金平ごぼう A さつま芋サラダ つぼ漬 A	鶏丼風 A・D あじ大葉フライ A 中華炒め A れんこんサラダ 白麻婆豆腐 A さくら漬 A	付)干キャベツ タレかつ A・D 高野豆腐とたけのこの卵とし A・C もやしの梅肉和え A ポトフ 赤かっぱ A	休業日
エネルギー 426kcal 脂質 5.9g たんぱく質 10.9g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 509kcal 脂質 17.3g たんぱく質 12.5g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 475kcal 脂質 28.6g たんぱく質 15.9g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 399kcal 脂質 17.6g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 3.4g	エネルギー 352kcal 脂質 12.5g たんぱく質 14.5g 食塩相当量 2.0g	

12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
振替休日	ソース焼そば A・D ハムステーキ しゅうまい A・D れんこんのきんぴら A キャベツとカニカマの酢の物 利久炒め 他 A ハンフライ献立	和風スパゲティー A ハムカツ A オイスターソース炒め こんにやくサラダ A・D 若竹煮 A・C・D はりはり漬 A	付)干キャベツ あじフライ A ミニソース 豚キムチ A・F 大根の油炒め A 磯香煮 他 A・D さつま芋ごはん	八宝菜 ささみフライ A・D 春雨サラダ A・C・F・G ザーサイ和え A 山くらげの旨煮 A・D 白大根(ゆず風味)	クリーム煮 A・D 白身魚の磯辺フライ A 肉じゃが A・D ごま和え A 大根サラダ A・D 手作りあさり佃煮 A・D
	エネルギー 287kcal 脂質 10.7g たんぱく質 12.2g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 355kcal 脂質 11.0g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 429kcal 脂質 10.5g たんぱく質 10.7g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 450kcal 脂質 20.7g たんぱく質 10.0g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 426kcal 脂質 16.0g たんぱく質 17.0g 食塩相当量 3.4g

19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
酢豚 ピーマン肉詰めフライ A・C パンサンスー A・D 生姜和え A こんにやくの炒め煮 A・D つぼ漬 A	かつ丼風 A・C・D 花かまぼこ A・C 中華炒め A 辛子和え 煮びたし A・D 赤かっぱ A	マカロニソテー A ハンバーグ A・D トマトソース A 切り干し大根の焼そば風 A・C キャベツと鶏肉の柚子胡椒和え A・C たけのこの土佐煮 他 A・D ハンフライ献立 あずきごはん	ハヤシシチュー A・C・D 野菜コロッケ A・C・D わかめドレッシング A もやしのナムル A 豆腐と枝豆の煮物 A・D キャベツ紅生姜天の煮付 A・D	天皇誕生日	休業日
エネルギー 537kcal 脂質 20.5g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 408kcal 脂質 14.6g たんぱく質 14.7g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 284kcal 脂質 11.4g たんぱく質 14.1g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 473kcal 脂質 20.4g たんぱく質 11.8g 食塩相当量 4.1g		

26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)
さばの味噌煮 A・D ふき煮付 煮付(花さつま) A・C キャベツソテー D 切り干し大根サラダ A・D れんこんのカレー炒め 他 ハンフライ献立	ホイコーロー A 鶏ムネから揚げ A・C おからの煮物 A 酢の物 A たけのこのピリ辛炒め A さくら漬 A	付)干キャベツ メンチかつ A・C・D ごまソース 麻婆大根 A カレーもやし こんにやくの甘辛煮 A・D 白大根(ゆず風味)	カレーシチュー A・D・E 白身フライ A 中華サラダ A・C メンマのピリ辛煮 A・D 黒胡椒炒め 福神漬 A
エネルギー 346kcal 脂質 20.2g たんぱく質 16.1g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 420kcal 脂質 26.8g たんぱく質 18.2g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 461kcal 脂質 11.8g たんぱく質 8.9g 食塩相当量 2.3g	エネルギー 544kcal 脂質 15.7g たんぱく質 9.1g 食塩相当量 3.5g

~今月の炊き込みごはん~

☆15日(木) さつま芋ごはん

☆21日(水) あずきごはん

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