

令和6年4月 献立表(一般食)



TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
焼うどん A ベーコン粒マスタードフライ A ひじき煮 A・D 大根とあさりの炒め物 A・D 麻婆豆腐 A 赤かっぱ A エネルギー 327kcal 脂質 8.0g たんぱく質 9.6g 食塩相当量 2.5g	カラフルチンジャオロース A 紫芋コロッケ A・C・D れんこん金平 A カレーもやし A 煮びたし A・D 野沢菜かっぱ A エネルギー 336kcal 脂質 9.0g たんぱく質 7.5g 食塩相当量 2.1g	ソース焼きそば A・D 三角春巻 A・F 切昆布の煮物 A・C・D 梅生姜和え A 海鮮炒め A つぼ漬 A エネルギー 338kcal 脂質 8.7g たんぱく質 9.7g 食塩相当量 2.5g	付)千キャベツ タレかつ A・D 肉じゃが A・D ごま和え A・C 無限こんにゃく A・D 細切りさくら漬 A エネルギー 359kcal 脂質 12.5g たんぱく質 12.6g 食塩相当量 2.0g	カレーシチュウ A・D・E 白身魚の磯辺フライ A 中華サラダ A・C キャベツのおかか和え A こんにゃくの甘辛煮 A・D 福神漬 A エネルギー 405kcal 脂質 9.6g たんぱく質 9.1g 食塩相当量 2.7g	<h2 style="color: red;">休業日</h2>
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
パスカトーレ 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 ピリッカラからしみそ A インフライ献立 エネルギー 207kcal 脂質 6.2g たんぱく質 12.6g 食塩相当量 3.1g	リヨネーズポテト A・C ハムカツ A 黒酢炒め A こんにゃくサラダ A・D 大根の生姜煮 A・D しば漬 A エネルギー 446kcal 脂質 18.4g たんぱく質 13.4g 食塩相当量 3.2g	付)千キャベツ メンチカツのごまソースかけ A・C・D 麻婆大根 A もやしとコーンのおひたし A 油炒め A・C 白揚げ紅生姜の煮付 A・D エネルギー 396kcal 脂質 13.9g たんぱく質 9.7g 食塩相当量 2.6g	ブロッコリーのチリソース炒め A・F たっぴりコーンフライ A 鶏ムネから揚げ A・C キャベツソテー A・D 大根の甘酢和え A れんこんの塩昆布炒め 他 A さつま芋ごはん エネルギー 383kcal 脂質 14.6g たんぱく質 10.0g 食塩相当量 2.5g	鶏丼風 A・D さばカレー風味フライ A・C 豚キムチ A・F 切干大根の煮物 A・D 中華和え A 青かっぱ A エネルギー 308kcal 脂質 17.0g たんぱく質 16.6g 食塩相当量 2.5g	なすの味噌炒め A・D 野菜コロッケ A・C・D ミニソース れんこんサラダ 菜の花和え A・C 豆腐と枝豆の煮物 A・D 白大根(ゆず風味)
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
酢豚 ピーマン肉詰め A・C バンサンスー A・D キャベツとかにかまの和え物 A・C・F・G こんにゃくの炒め物 A・D つぼ漬 A エネルギー 516kcal 脂質 19.3g たんぱく質 11.4g 食塩相当量 2.7g	パンプキンサラダ A・C・D イカフライ A ホイコーロー A たけのこの油炒め A 大根のかす煮 A 細切り大根漬 A エネルギー 471kcal 脂質 20.3g たんぱく質 13.2g 食塩相当量 2.3g	鯖の味噌煮 A・D ふぎ煮付 煮付(花さつま) A・C おからの煮物 A 切り干し大根サラダ A・D カレー炒め 他 インフライ献立 エネルギー 384kcal 脂質 21.0g たんぱく質 18.9g 食塩相当量 3.7g	スパゲティ和え A ハンバーグのケチャップソースかけ A・D 春雨サラダ A・C・F・G 金平ごぼう A 若竹煮 A・C・D はりはり漬 A インフライ献立 エネルギー 352kcal 脂質 17.8g たんぱく質 10.3g 食塩相当量 2.2g	あじフライ A 手作りタルタルソース C すき焼き風煮 ピリ辛煮 A・D 翁和え A・C 赤かっぱ A エネルギー 483kcal 脂質 17.4g たんぱく質 10.0g 食塩相当量 3.0g	<h2 style="color: red;">休業日</h2>
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
八宝菜 ベーコントマトフライ A チャプチェ A 大根の油炒め A フレンチサラダ A・D 青かっぱ A エネルギー 326kcal 脂質 10.8g たんぱく質 8.6g 食塩相当量 2.0g	チキンカレー A・D・E 白身フライ A わかめドレッシング A 和え物 A 黒胡椒炒め 福神漬 A エネルギー 455kcal 脂質 15.2g たんぱく質 10.3g 食塩相当量 3.7g	手作りからあげ 手作りあさり佃煮 A・D 豚肉とキャベツのごま和え A 山くらげの旨煮 A・D さつま芋サラダ 白大根(ゆず風味) エネルギー 470kcal 脂質 20.6g たんぱく質 19.2g 食塩相当量 2.6g	山菜パスタ A ハムステーキ しゅうまい A・D いかと大根の田舎煮 A・D レッドホットもやし コールスローサラダ A・D 木耳昆布 ごま A エネルギー 338kcal 脂質 6.3g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 3.2g	さばの南蛮漬 A・C・D おでん風 A・C・D ポテトサラダ C 白菜のごま和え A 煮付(がんも) A・D 彩りごはん エネルギー 538kcal 脂質 20.4g たんぱく質 15.5g 食塩相当量 2.1g	<h2 style="color: red;">休業日</h2>
29日(月)	30日(火)	<div style="border: 2px dashed red; padding: 10px;"> <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、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。</p> <p>ごはんは、お米で小盛80g・284Kcal、並盛120g・427kcalです。</p> </div>			
<h2 style="color: red;">昭和の日</h2>	スパゲティ和え A ハンバーグのデミソースかけ A・D 味噌煮 ザーサイ和え A れんこんのマリネ A・D さくら漬 A インフライ献立 エネルギー 313kcal 脂質 11.9g たんぱく質 13.1g 食塩相当量 3.0g				

今月の炊き込みごはん

- ・11日(木) さつま芋ごはん
- ・26日(金) 彩りごはん

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