

令和6年4月 献立表(特食)



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 たけのこしゅうまい A・D 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 鮭フレーク エネルギー 395kcal 脂質 11.3g たんぱく質 12.7g 食塩相当量 2.9g	カラフルチンジャオロース A 紫芋コロッケ A・C・D 揚げぎょーざ A・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 生姜みそ A エネルギー 415kcal 脂質 13.6g たんぱく質 10.1g 食塩相当量 3.4g	ソース焼きそば A・D 三角春巻 A・F あじ竜田 A 切昆布の煮物 A・C・D 梅生姜和え A 海鮮炒め A つぼ漬 A タレ付ミートボール A・D エネルギー 441kcal 脂質 15.6g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 2.7g	付)千キャベツ タレかつ A・D 肉じゃが A・D ミニグラタン(コンクリーム) A・D ごま和え A・C 細切りさくら漬 A 厚焼き玉子 A・C エネルギー 396kcal 脂質 11.7g たんぱく質 12.2g 食塩相当量 1.9g	カレーシチュウ A・D・E 白身魚の磯辺フライ A クリーミーコーンコロッケ A・D 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 さつま揚げの煮付 A・D エネルギー 503kcal 脂質 14.5g たんぱく質 11.5g 食塩相当量 3.2g	<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 手羽元あぶりやき 野菜の含め煮 A・D さっぱり和え A 沢庵和え 他 A インフライ献立 エネルギー 306kcal 脂質 12.9g たんぱく質 20.5g 食塩相当量 4.5g	リヨネーズポテト A・C ハムカツ A 竹輪の磯辺揚げ A・C・D 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 煮付(しいたけ) A・D エネルギー 530kcal 脂質 20.4g たんぱく質 16.5g 食塩相当量 4.0g	付)千キャベツ メンチカツのごまソースかけ A・C・D イカフライ A 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 細切り大根漬 A エネルギー 451kcal 脂質 16.7g たんぱく質 12.4g 食塩相当量 3.1g	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 ささみフライ A・D 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 さつま芋ごはん エネルギー 400kcal 脂質 11.6g たんぱく質 13.0g 食塩相当量 2.8g	鶏丼風 A・D さばカレー風味フライ A・C なら饅頭 A 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 たけのこの煮付 A・D エネルギー 369kcal 脂質 20.1g たんぱく質 19.7g 食塩相当量 3.1g	なすの味噌炒め A・D 野菜コロッケ A・C・D あじ大葉肉フライ A 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) 他 エネルギー 496kcal 脂質 21.6g たんぱく質 15.8g 食塩相当量 3.3g
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
酢豚 ピーマン肉詰めフライ A・C うすら串フライ 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 昆布豆 A エネルギー 545kcal 脂質 20.5g たんぱく質 16.9g 食塩相当量 3.1g	パンプキンサラダ A・C・D 鶏ムネ唐揚 A・C 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 梅ごぼう A エネルギー 538kcal 脂質 21.0g たんぱく質 15.0g 食塩相当量 2.5g	鯖の味噌煮 A・D ふぎ煮付 煮付(花さつま) A・C ミニ納豆 A おからの煮物 A 切り干し大根サラダ A・D さくら漬 A 穂先メンマ エネルギー 436kcal 脂質 22.3g たんぱく質 23.1g 食塩相当量 4.7g	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 エピフライ A・F 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 煮付 揚げボール A・D エネルギー 425kcal 脂質 20.6g たんぱく質 13.2g 食塩相当量 2.8g	あじフライ A ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G 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 味付ザーサイ A エネルギー 536kcal 脂質 20.2g たんぱく質 12.8g 食塩相当量 3.9g	<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 三角ごまフライ A チャブチエ A 大根の油炒め A フレンチサラダ A・D 青かっぱ A 手作りひじきふりかけ A・D エネルギー 350kcal 脂質 15.9g たんぱく質 11.2g 食塩相当量 2.7g	チキンカレー A・D・E 白身フライ A ふんわり豆腐ナゲット A・D わかめドレッシング A 和え物 A 黒胡椒炒め 福神漬 A 絹厚揚げの煮付 A・D エネルギー 508kcal 脂質 21.0g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 4.2g	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 ミニ手作り春巻き A さつま芋サラダ しゅうまい A・D エネルギー 565kcal 脂質 21.6g たんぱく質 21.3g 食塩相当量 2.6g	山菜パスタ A ハムステーキ メンチカツ 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 白大根(ゆず風味) エネルギー 411kcal 脂質 11.3g たんぱく質 15.0g 食塩相当量 3.9g	さばの南蛮漬 A・C・D 水餃子 A・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) 他 A・D 彩りごはん エネルギー 583kcal 脂質 21.7g たんぱく質 17.0g 食塩相当量 2.6g	<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 目玉焼風オムレツ C・D 味噌煮 ザーサイ和え A れんこんのマリネ 他 A・D インフライ献立 エネルギー 386kcal 脂質 12.5g たんぱく質 16.1g 食塩相当量 3.5g				

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