

令和6年5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(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)																								
焼肉炒め A	白身魚の磯辺フライ A・D	切昆布の煮物 A・D	もやしとコーンのおひたし A	大根の生姜煮 A・D	つぼ漬 A	塩焼そば A・D	カレーコロッケ A・C	オイスターソース炒め A	たけのこの油炒め A	いんげんのごま和え A	しば漬	憲法記念日	みどりの日																	
エネルギー 283kcal	脂質 17.0g	たんぱく質 13.0g	食塩相当量 1.9g	エネルギー 339kcal	脂質 16.4g	たんぱく質 11.8g	食塩相当量 2.6g																							
6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)		振替休日																		
リョネーズポテト A・C	あじ大葉フライ A	れんこんのきんぴら A	カレーもやし A	煮びたし A・D	細切さくら漬 A	いかとマカロニのトマト煮 A・D	ハムカツ A	麻婆大根 A	蒸し鶏の中華和え A・C	マリネ A・D	白大根			シーフードカレー A・D・E	ピーマン肉詰めフライ A・C	バンサンスー A・D	梅肉和え	黒胡椒炒め	福神漬け A	クリーム煮 A・D	手作りから揚げ A・C	ミニ野菜コロッケ A	田舎煮 A・D	ピリ和え	若竹煮 A・C・D	上野紅生姜の煮付 A・D				
エネルギー 510kcal	脂質 18.1g	たんぱく質 12.5g	食塩相当量 1.7g	エネルギー 452kcal	脂質 20.8g	たんぱく質 9.1g	食塩相当量 2.4g	エネルギー 375kcal	脂質 11.7g	たんぱく質 14.5g	食塩相当量 2.4g	エネルギー 548kcal	脂質 10.5g	たんぱく質 10.5g	食塩相当量 4.7g	エネルギー 418kcal	脂質 14.3g	たんぱく質 13.7g	食塩相当量 3.1g											
13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)		インフライ献立	休業日																	
ホイコーロー A	さばの塩焼	切干大根の煮物	れんこんのサラダ C	麻婆豆腐 A	しば漬	ソースカツ A・D	付)千キャベツ	春雨サラダ A・C・F・G	メンマのピリ辛煮 A・D	利久炒め A	はりはり漬 A			ハヤシシチュー A・D	白身フライ A	味噌煮 A・C・D	かみかみサラダ A	ピリ辛炒め A	つぼ漬 A	焼うどん A	紫芋コロッケ A	ひじき煮 A・D	さっぱり和え A	大根とあさりの炒め物 A・D	ピリ辛みそ A	スパゲティ和え A	ハンバーグ A・D	照焼ソース A	中華炒め A	辛子和え
エネルギー 319kcal	脂質 19.5g	たんぱく質 14.7g	食塩相当量 2.1g	エネルギー 419kcal	脂質 21.5g	たんぱく質 11.2g	食塩相当量 3.3g	エネルギー 494kcal	脂質 17.4g	たんぱく質 13.3g	食塩相当量 4.1g	エネルギー 382kcal	脂質 11.1g	たんぱく質 9.1g	食塩相当量 3.2g	エネルギー 292kcal	脂質 10.2g	たんぱく質 14.6g	食塩相当量 2.7g											
20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)		インフライ献立	休業日																	
八宝菜	ささみフライ C	かにサラダ A・C・G	和え物 A	けんちん煮	白大根	カレーシチュー A・D・E	かにクリームコロッケ A・D	ごま和え A	金平ごぼう A	切り干し大根サラダ A	福神漬 A			中華メンチ A・D	さつま芋サラダ	中華炒め A	おかか和え A・C	かす煮 A	さくら漬 A	和風パスタ A・C	ベーコントマトフライ A	豚キムチ A・F	生姜和え A	磯香煮 A・D	赤かっぱ A	ソース焼そば A・D	ハムステーキ	オムレツ-half C	ソテー	大根の金平 A・D
エネルギー 412kcal	脂質 17.0g	たんぱく質 15.6g	食塩相当量 2.0g	エネルギー 463kcal	脂質 13.6g	たんぱく質 7.4g	食塩相当量 2.9g	エネルギー 510kcal	脂質 20.8g	たんぱく質 12.5g	食塩相当量 3.5g	エネルギー 363kcal	脂質 11.1g	たんぱく質 12.6g	食塩相当量 2.9g	エネルギー 294kcal	脂質 15.2g	たんぱく質 10.7g	食塩相当量 2.5g											
27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)		インフライ献立	炊き込みごはんは、9月頃までお休みに なりますm(_)_m																			
スパゲティ和え A	ハンバーグ A・D	トマトソース A	おでん風 A・C・D	もやしのナムル	たけのこの土佐煮 他 A・D	麻婆春雨 A	三角春巻 A・F	和風サラダ A・C	ジャーマンポテト A			煮びたし A・D	つぼ漬 A	あじフライ A	ミニソース	手作りひじきふりかけ A・D	大根のさっぱり煮 A・D	壺もやし	煮物	細切りさくら漬 A	ナポリタン A・C・D	鶏ムネ唐揚げ A・C	肉じゃが(さつま芋) A・D	梅ザーサイ和え A	レッドホット炒め A	昆布豆 A	カラフルチンジャオロース A	パンプキンサラダ C	わかめドレッシング A・D	イカフライ A
エネルギー 247kcal	脂質 9.2g	たんぱく質 11.9g	食塩相当量 2.2g	エネルギー 355kcal	脂質 11.1g	たんぱく質 7.3g	食塩相当量 2.7g	エネルギー 434kcal	脂質 10.2g	たんぱく質 11.6g	食塩相当量 2.5g	エネルギー 406kcal	脂質 19.3g	たんぱく質 13.8g	食塩相当量 2.4g	エネルギー 380kcal	脂質 20.0g	たんぱく質 10.3g	食塩相当量 3.2g											

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