

令和6年6月献立表(一般食)

- ※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120g・427kcalです。



お知らせ

いつも味彩燕のお弁当をご愛顧いただきありがとうございます。
 毎月皆様のもとへ献立表をお届けしていましたが、システムの都合により**9月分の献立表より献立表のお届けを終了**することとなりました。
 HPからダウンロードまたは確認ができますので是非ご利用ください。
 引き続き献立表のご利用を希望される方は、事務所または配達員にお伝えください。



3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
焼うどん A 白身魚の磯辺揚げ A・D ひじき煮 A 大根とあさりの炒め煮 A・D 麻婆豆腐 A 赤かっぱ A エネルギー 234kcal 脂質 7.8g たんぱく質 9.7g 食塩相当量 2.3g	八宝菜 ベーコントマトフライ A・D チャプチェ A 大根の甘酢和え A れんこんと豚肉の塩昆布炒め はりはり漬 A エネルギー 296kcal 脂質 10.3g たんぱく質 8.7g 食塩相当量 2.9g	カレーシチュー A・D・E ピーマン肉詰めフライ A・C 中華サラダ A・C おかか和え 甘辛煮 A・D 福神漬 A エネルギー 431kcal 脂質 12.6g たんぱく質 9.6g 食塩相当量 3.2g	せんキャベツ タレかつ A・D れんこん金平 A カレーもやし かす煮 A 細切さくら漬 A エネルギー 345kcal 脂質 10.2g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 2.3g	ソース焼そば A・D 三角春巻 A・F みそ炒め A・D 酢の物 A さつま芋サラダ つぼ漬 A エネルギー 353kcal 脂質 13.2g たんぱく質 8.5g 食塩相当量 2.5g	休業日
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
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 キャベツのソテー もやしとコーンのおひたし A 大根の生姜煮 A・D 煮付(がんも) A・D インフライ献立 エネルギー 267kcal 脂質 10.6g たんぱく質 13.1g 食塩相当量 1.3g	フロッコリーのチリソース炒め A・F ミニ野菜春巻 A 一口ささみ磯辺フライ A・C 切干大根の煮物 れんこんサラダ 沢庵和え A 煮付(上野紅生姜) A・D エネルギー 390kcal 脂質 13.7g たんぱく質 10.7g 食塩相当量 2.8g	せんキャベツ メンチカツのごまソースかけ A・C・D 春雨サラダ C レッドホットもやし A 若竹煮 A・C・D さくら漬 A エネルギー 411kcal 脂質 15.0g たんぱく質 8.0g 食塩相当量 2.1g	リヨネーズポテト A・C ハムカツ A 麻婆大根 A こんにゃくサラダ A・D 中華和え A 白大根(ゆず風味) エネルギー 472kcal 脂質 18.3g たんぱく質 10.4g 食塩相当量 3.7g	ジャージャー麺 A 紫芋コロッケ A 豚キムチ A・F 油炒め A 煮浸し しば漬 エネルギー 384kcal 脂質 12.2g たんぱく質 10.9g 食塩相当量 3.1g	休業日
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
酢豚 白身フライ A 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 こんにゃくの炒め煮 A・D つぼ漬 A エネルギー 444kcal 脂質 10.8g たんぱく質 11.5g 食塩相当量 2.7g	スパゲティサラダ A・C・D カレールーフライ A・D 肉じゃが A・D 土佐和え A 無限こんにゃく A・D 細切り大根漬 A エネルギー 331kcal 脂質 15.4g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 2.4g	茹でもやし あじの南蛮漬 水餃子 A・D 切昆布の煮物 A・D 油炒め A・C ごま和え A・D さくら漬 A エネルギー 504kcal 脂質 6.4g たんぱく質 7.2g 食塩相当量 2.6g	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 カレーソテー ピリ辛みそ A インフライ献立 エネルギー 282kcal 脂質 3.5g たんぱく質 10.6g 食塩相当量 2.6g	パンプキンサラダ A・C 鶏ムネ唐揚 A・C ホイコーロー A ピリ辛煮 A・D 翁和え A・C 赤かっぱ A エネルギー 413kcal 脂質 13.1g たんぱく質 10.2g 食塩相当量 2.5g	休業日
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
カラフルチンジャオロース A あじみりん干しフライ A マカロニサラダ A・C・G 山くらげの旨煮 A・D 煮びたし A・D 青かっぱ A エネルギー 318kcal 脂質 13.3g たんぱく質 13.1g 食塩相当量 2.2g	チキンカレー A・D・E イカフライ A わかめドレッシング和え A もやしのナムル A 炒め煮 D 福神漬 A エネルギー 488kcal 脂質 12.6g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 4.3g	さばの味噌煮 A・D 煮付(ふき) 煮付(花さつま) A・C おでん風 A・C・D ピリ和え 黒胡椒炒め 他 インフライ献立 エネルギー 387kcal 脂質 13.8g たんぱく質 15.8g 食塩相当量 2.4g	麻婆春雨 A 粒マスタードフライ A 田舎煮 A・D 梅生姜和え A 油炒め A 木耳昆布ごま A エネルギー 350kcal 脂質 9.8g たんぱく質 8.5g 食塩相当量 2.7g	和風パスタ A ハムステーキ しゅうまい A・D ごま和え A 金平ごぼう A フロッコリーのマリネ 他 A・D インフライ献立 エネルギー 268kcal 脂質 11.3g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 2.4g	休業日

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