

令和6年6月献立表(特食)

- ※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 ホタテ風味フライ A・C・G 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 こんにゃく煮付 A・D エネルギー 284kcal 脂質 10.5g たんぱく質 12.4g 食塩相当量 2.9g	八宝菜 ベーコントマトフライ A・D 枝豆しゅうまい 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 千切りザーサイ A エネルギー 361kcal 脂質 12.3g たんぱく質 11.0g 食塩相当量 3.8g	カレーシチュー A・D・E ピーマン肉詰めフライ A・C かにクリーミーコロッケ A・C・D・G 中華サラダ A・C おかか和え 甘辛煮 A・D 福神漬 A 煮付(さつま揚げ) A・D エネルギー 535kcal 脂質 15.9g たんぱく質 12.5g 食塩相当量 4.9g	せんきゃべつ タレかつ A・D ミニグラタン(コーンクリーム) A・D れんこん金平 A 大根のかす煮 A さくら漬 A 厚焼き玉子 A・C エネルギー 466kcal 脂質 10.6g たんぱく質 12.2g 食塩相当量 2.4g	ソース焼そば A・D 三角春巻 A・F あじ大葉梅肉フライ A みぞ炒め A・D 酢の物 A さつま芋サラダ つぼ漬 A 穂先メンマ エネルギー 468kcal 脂質 14.3g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 3.8g	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 三角ポテト A 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 青かっぱ A エネルギー 336kcal 脂質 14.0g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 1.6g	フロッコリーのチリソース炒め A・F ささみフライ A・D ミニ野菜春巻 A 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 はりはり漬 A エネルギー 466kcal 脂質 15.3g たんぱく質 13.8g 食塩相当量 3.3g	せんきゃべつ メンチカツのごまソースかけ A・C・D エビフライ A・F 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 青のり若布入り A エネルギー 518kcal 脂質 17.3g たんぱく質 7.8g 食塩相当量 2.1g	リヨネーズポテト A・C ハムカツ A 竹輪のカレー揚げ A・C・D 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) 手作りひじきふりかけ A・D エネルギー 561kcal 脂質 15.6g たんぱく質 13.7g 食塩相当量 4.4g	ジャージャー麺 A にら饅頭 A 紫芋コロッケ A 豚キムチ A・F 油炒め A 煮浸し しば漬 手作りあさり佃煮 A・D エネルギー 463kcal 脂質 15.6g たんぱく質 16.9g 食塩相当量 4.0g	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 うずら串フライ 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 こんにゃくの炒め煮 A・D つぼ漬 A 昆布豆 A エネルギー 473kcal 脂質 18.0g たんぱく質 17.0g 食塩相当量 3.1g	スパゲティサラダ A・C・D カレールーフライ A・D あらびきウインナー 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 梅ごぼう A エネルギー 372kcal 脂質 16.8g たんぱく質 12.1g 食塩相当量 2.7g	茹でもやし あじの南蛮漬 A・C・D いかの天ぷら A・C・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 スープ煮 エネルギー 530kcal 脂質 9.9g たんぱく質 12.3g 食塩相当量 3.4g	ペスカトーレ A・D・F オムレツ C ミニ野菜コロッケ A 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 はりはり漬 A エネルギー 309kcal 脂質 6.9g たんぱく質 11.9g 食塩相当量 3.3g	パンプキンサラダ A・C 鶏ムネ唐揚げ A・C ホイコーロー A ミニ納豆 A 翁和え A・C 赤かっぱ A 煮付(しいたけ) A・D エネルギー 469kcal 脂質 15.4g たんぱく質 14.9g 食塩相当量 2.7g	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 揚げぎょうざ A・D 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 生姜みそ A エネルギー 397kcal 脂質 15.9g たんぱく質 15.7g 食塩相当量 3.5g	チキンカレー A・D・E イカフライ A ぶんわり豆腐ナゲット A・D 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 絹厚揚げの煮付 A・D エネルギー 501kcal 脂質 15.4g たんぱく質 15.0g 食塩相当量 4.8g	さばの味噌煮 A・D 煮付(ふき) A 煮付(花さつま) A・C えびチリ A・C・F おでん風 A・C・D 黒胡椒炒め タレ付きミートボール A・D しば漬 エネルギー 419kcal 脂質 16.4g たんぱく質 16.4g 食塩相当量 3.2g	麻婆春雨 A 粒マスタードフライ A 一口ささみ磯辺フライ A・D 田舎煮 A・D 梅生姜和え A 油炒め A 木耳昆布ごま A つぼ漬 A エネルギー 378kcal 脂質 10.6g たんぱく質 14.6g 食塩相当量 3.4g	和風パスタ A ハムステーキ あぶり焼きチキンステーキ塩 ごま和え A 金平ごぼう A フロッコリーのマリネ A・D 白大根(ゆず風味) 鮭フレーク エネルギー 318kcal 脂質 12.8g たんぱく質 18.8g 食塩相当量 3.0g	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