

# 令和6年7月献立表(特食)



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。



1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
チリポテト あじ大葉フライ A かにクリーミーコロッケ A・C・D・G ひじき煮 A・D 炒め煮 A 麻婆豆腐 A はりはり漬 A おかず生姜 A エネルギー 600kcal 脂質 19.0g たんぱく質 10.7g 食塩相当量 3.7g	豚肉のスタミナ丼風 A 三角春巻 A・F イカのカレー揚げ A・C・D 野菜の含め煮 A・D さっぱり和え A さつま芋サラダ A タレ付ミートボール A・D 野沢菜かつぱ A エネルギー 398kcal 脂質 21.0g たんぱく質 14.8g 食塩相当量 1.6g	焼魚(しおます) A・C 厚焼き玉子 A・C・D 南瓜の天ぷら A・D あさりの佃煮 A・D 肉じゃが A・D ごま和え A 無限こんにゃく A・D しば漬 他 エネルギー 353kcal 脂質 12.2g たんぱく質 16.5g 食塩相当量 2.6g	干キャベツ A・C 油淋鶏 A・D 水餃子 A れんこんのきんぴら A カレーもやし A・D 大根の生姜煮 A つぼ漬 A 花茶豆 エネルギー 498kcal 脂質 13.2g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 1.8g	なすの味噌炒め A・C・D ベーコン粒マスタードフライ A 三角コーンフライ A 中華サラダ A おかか和え A こんにゃくの甘辛煮 A さくら漬 A 味付ザーサイ A エネルギー 389kcal 脂質 12.5g たんぱく質 11.0g 食塩相当量 4.5g	<b>休業日</b>
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
焼うどん A あじみりん干フライ A チキンナゲット A・C 田舎煮 D レッドホットもやし A 若竹煮 A・C・D 白大根 A 生姜みそ A エネルギー 391kcal 脂質 10.2g 15日(月) 11.7g 食塩相当量 2.5g	干キャベツ A・C・D メンチカツのごまソースかけ A・D マカロニサラダ A ごま和え A えびチリ A・C・F 赤かつぱ A 煮付(絹厚揚げ) A・D エネルギー 509kcal 脂質 20.3g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 2.5g	あんかけ焼きそば A・D ハムステーキ A・C・D 竹輪の磯辺揚げ A・D 切昆布の煮物 A・D ピリ辛煮 A・D ペパロンソテー A はりはり漬 A 梅ごぼろ A エネルギー 365kcal 脂質 8.7g たんぱく質 11.3g 食塩相当量 3.0g	チキンカレー A・D・E 白身フライ A うずら串フライ A・C パンサンスー A・D キャベツとカニカマの和え物 A・C 利久炒め A 福神漬 A きやらさつま A エネルギー 564kcal 脂質 17.3g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 4.2g	ブロッコリーと鶏肉のトマト煮 A ジャーマンポテトフライ A・C ピーマン肉詰めフライ A・C れんこんサラダ A 油炒め A 大根のかす煮 A 煮付(がんも) A・D 千切り大根漬 A エネルギー 451kcal 脂質 20.7g たんぱく質 12.0g 食塩相当量 2.3g	<b>休業日</b>
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
<b>海の日</b>	スパゲティ和え A ハンバーグ A・D デミソースかけ A エビフライ A・F 金平煮 D ナムル A 煮びたし A・D つぼ漬 他 A エネルギー 355kcal 脂質 13.2g たんぱく質 15.4g 食塩相当量 3.4g	麻婆春雨 A 鶏ムネ唐揚げ A・C ミニ野菜春巻 A 粗挽きウインナー A ミニミニ納豆 A 油炒め A キャベツソテー A 青かつぱ 他 A エネルギー 418kcal 脂質 16.1g たんぱく質 12.2g 食塩相当量 2.7g	カレーミートソースパスタ A・D・E オムレツ C ミニ野菜コロッケ A 麻婆大根 A 梅肉和え A マリネ A・D しば漬 A 穂先メンマ A エネルギー 420kcal 脂質 13.9g たんぱく質 11.6g 食塩相当量 3.0g	あじフライ A ミニソース A ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G パンプキンサラダ A・C・D 味噌煮 D 金平ごぼろ A ピリ辛キャベツ A 細切りさくら漬 A エネルギー 452kcal 脂質 16.5g たんぱく質 15.5g 食塩相当量 2.9g	<b>休業日</b>
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
和風パスタ A ささみフライ A・D なら饅頭 A オイスターソース炒め A こんにゃくサラダ A・D 炒り煮 A 白大根 A ピリ辛みそ A エネルギー 347kcal 脂質 15.8g たんぱく質 13.9g 食塩相当量 3.9g	カラフルチンジャオロース A 紫芋コロッケ A しゅうまい A・D 豚キムチ A・F 山くらげの旨煮 A・D 磯香煮 A・D はりはり漬 A 煮付(丸あげ) A・D エネルギー 457kcal 脂質 16.7g たんぱく質 16.6g 食塩相当量 3.9g	さばの味噌煮 A・D 煮付(花さつま) A・C 干キャベツ A タレかつ A 中華炒め A 炒め煮 D さくら漬 A のりの佃煮 A エネルギー 540kcal 脂質 15.3g たんぱく質 25.0g 食塩相当量 3.9g	ボークカレー A・D・E イカフライ A 豆腐ナゲット A・D 春雨サラダ C ツナとオクラの和え物 A けんちん煮 D 福神漬 A 煮付(チキンボール) A・C・D エネルギー 427kcal 脂質 24.5g たんぱく質 13.7g 食塩相当量 3.9g	塩焼そば A・C・D ハムカツ A 一口ささみ磯辺フライ A・D ホイコーロー A 切り干し大根サラダ A・D 土佐煮 A・D しば漬 A 昆布豆 A エネルギー 435kcal 脂質 20.1g たんぱく質 18.7g 食塩相当量 4.3g	<b>休業日</b>
29日(月)	30日(火)	31日(水)	※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。		
八宝菜 A 白身フライの磯辺揚げ A メンチカツ A・D チャブチエ A 梅ザーサイ和え A 翁和え A・C はりはり漬 A 煮付(こんにゃく) A・D エネルギー 301kcal 脂質 13.1g たんぱく質 12.4g 食塩相当量 3.8g	スパゲティ和え A ハンバーグ A・D おろしほん酢ソース A あじ竜田 A わかめドレッシング A もやしとコーンのおひたし A ブロッコリーのソテー A さくら漬 他 A エネルギー 375kcal 脂質 17.7g たんぱく質 18.4g 食塩相当量 3.2g	酢豚 A カレーコロッケ A・C 上野餃子 A ジンジャーサラダ A 辛子和え A 華風漬 A 煮付(上野紅生姜天) A・D 赤かつぱ A エネルギー 588kcal 脂質 20.3g たんぱく質 13.8g 食塩相当量 2.9g			

ルビキ-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

