

令和6年9月献立表(夕飯)



TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866

2日(月)		3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金)		7日(土)																																						
ナポリタン A・D	手作り唐揚げ A・C	ミニ野菜コロッケ A	中華サラダ A・C・D	オレンジ 佃煮 A	南瓜のそぼろ煮 A・D	漬物 A	エネルギー 428kcal 脂質 21.2g たんぱく質 15.5g 食塩相当量 2.7g	チンジャオロース A	和え物 A	焼魚(しおます) A・C・D	甘酢肉団子 A	佃煮 A	ポテトサラダ A・C・D	漬物 A	エネルギー 383kcal 脂質 23.1g たんぱく質 21.2g 食塩相当量 3.8g	さばの味噌煮 A・D	煮付(花天) A・C・D	麩のふわふわ炒め A	水餃子 A・D	ユーリンチソース A	翁和え A・C	れんこんのきんぴら A	漬物 A	エネルギー 343kcal 脂質 16.2g たんぱく質 16.7g 食塩相当量 2.6g	レタス A・D	ホキのチリソースかけ A・D	パイン A・D	大根の甘辛煮 A・D	煮付(ごぼう巻) A・C・D・F	もやしのピリ辛和え A	肉じゃが A・D	漬物 A	エネルギー 259kcal 脂質 9.5g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 1.7g	麻婆ナス A	手羽元炙り焼き A・D	ひじき煮 A・D	上野紅生姜の煮付 A・D	白菜の土佐和え A	青豆サラダ A・C	漬物 A	エネルギー 311kcal 脂質 16.7g たんぱく質 18.5g 食塩相当量 3.9g	休業日						
9日(月)		10日(火)		11日(水)		12日(木)		13日(金)		14日(土)																																						
スパゲティ和え A	ハンバーグ A・D	デミソース A	オムレツ C	利久炒め A	佃煮 A	八幡巻き A	ハンバンジー 他 A	エネルギー 366kcal 脂質 13.7g たんぱく質 17.5g 食塩相当量 3.9g	焼うどん A	チキンステーキ A	さつまいの韓国風炒め A	餃子 A	フレンチサラダ A	メンマのおかか煮 A・D	漬物 A	エネルギー 390kcal 脂質 18.8g たんぱく質 16.9g 食塩相当量 3.6g	酢豚 A	白身フライ A	しゅうまい A・D	田舎煮 A・D	煮付(扇ふ) A・D	金平ごぼう A	ピリ辛和え A	漬物 A	エネルギー 415kcal 脂質 21.8g たんぱく質 16.3g 食塩相当量 2.9g	カレーシチュー A・D・E	三角ポテト A	うずら串フライ A・C	ツナサラダ A・C	パイン缶 A・C・F・G	大根ドレッシング A	もやしときのこのナムル A	福神漬 A	エネルギー 404kcal 脂質 23.0g たんぱく質 10.9g 食塩相当量 3.5g	茹でもやし A	鱈の南蛮漬け A	鶏の天ぷら南蛮漬け A	切干大根の煮物 A・D	煮付(南瓜) A・D	生姜和え A	オイスターソース炒め A	漬物 A	エネルギー 227kcal 脂質 6.4g たんぱく質 13.0g 食塩相当量 1.6g	休業日				
16日(月)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		20日(金)		21日(土)																																						
休業日		ソース焼そば A・D	ハムチーズフライ A・D	ミニトマト A・C・D	切昆布の煮物 A・D	絹厚揚げ A	もやしとコーンのおひたし A	ごまネーズサラダ C	漬物 A	エネルギー 388kcal 脂質 20.2g たんぱく質 10.9g 食塩相当量 3.2g	レタス A・C・F	えびチリ A・C・D	いかの天ぷらチリソース A	ビーフソテー A	さっぱりサラダ A	鶏肉のカシューナッツ炒め A	佃煮 A	エネルギー 371kcal 脂質 19.4g たんぱく質 16.6g 食塩相当量 3.0g	クリーム煮 A・D	ベーコントマトフライ A・D	おでん風 A・C・D	煮付(がんも) A・D	長いものしょうゆ和え A	白麻婆豆腐 A	漬物 A	エネルギー 273kcal 脂質 12.7g たんぱく質 10.3g 食塩相当量 2.7g	豚丼風 A・D	紅生姜 A	ホッケの塩焼き A・D	たけのこしゅうまい A・D	ホイコーロー A	チキンナゲット A	彩り和え A・C	利久炒め 他 A	エネルギー 373kcal 脂質 22.8g たんぱく質 18.1g 食塩相当量 2.8g	休業日												
		23日(月)		24日(火)		25日(水)		26日(木)		27日(金)		28日(土)																																				
休業日		軟骨つくね A・C・D	チキンステーキ A	おろしソース A	キャベツソテー A・C	花かまぼこ A・D	含め煮 A・D	無限こんにゃく A・D	磯香和え 他 A	エネルギー 274kcal 脂質 11.4g たんぱく質 15.7g 食塩相当量 3.2g	パンブキンサラダ C	サクサクメンチかつ A・D	エビフライ A・F	ミニソース A・C・D	ちゃんぽんうどん A	梅サラダ A	もやしのごま和え A	漬物 A	エネルギー 349kcal 脂質 18.5g たんぱく質 11.0g 食塩相当量 2.8g	ペスカトール A・D・F	ハムカツ A	サーモンフライ A・C	キャベツの炒め物 A	みかん缶 A・D	れんこんの塩昆布炒め A・D	ポトフ A	漬物 A	エネルギー 434kcal 脂質 17.4g たんぱく質 19.6g 食塩相当量 3.0g	八宝菜 A	鶏ムネ唐揚げ A・C	三角春巻 A・F	豚キムチ A・F	さつまいの重ね煮 A	煮付(海鮮団子) A・C・D・F・G	煮付(しいたけ) A・D	佃煮 A	エネルギー 341kcal 脂質 17.7g たんぱく質 12.8g 食塩相当量 2.6g	さばの塩焼 A・C	厚焼き玉子 A・C・D	南瓜の天ぷら A・D	こんにゃく煮付 A・D	丸揚げの煮付 A・D	ポロネーゼ風 A	白菜の煮びたし A・D	もやしのピリ辛和え 他 A	エネルギー 285kcal 脂質 11.2g たんぱく質 19.3g 食塩相当量 2.4g	休業日	
		30日(月)																																														
チキンカレー A・D・E	やわらかロースとんかつ A	けんちん煮 A・D	佃煮 A	ごま和え A	ココロサラダ D	福神漬 A	エネルギー 392kcal 脂質 21.5g たんぱく質 14.9g 食塩相当量 3.9g	<div style="border: 1px dashed red; padding: 10px;"> <p>※仕入れの都合上献立を変更する場合があります。</p> <p>※おかずの容器は電子レンジ対応になっています。</p> <p>※お米は新潟県産です。</p> <p>※ごはんはお米で120g・427kcalです。</p> <p>※当日の変更は10時までにはお願いします。</p> </div>												<div style="border: 2px solid green; border-radius: 15px; padding: 10px; color: red; font-weight: bold;"> 10月から炊き込みごはんが始まります お楽しみに！ </div>																												

凡例(表示) A:小麦 B:そば C:卵 D:乳 E:落花生 F:えび G:かに