

令和6年9月 献立表 (特食)



TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)	5日 (木)	6日 (金)	7日 (土)
酢豚 粒マスタードフライ A 一口磯辺ささみフライ A バンサンソー A・D 梅ザーサイ和え A 煮びたし A・D つぼ漬 A 煮付(揚げボール玉葱) A・D エネルギー 492kcal 脂質 20.8g たんぱく質 14.6g 食塩相当量 3.6g	シーフードカレー A・D・E 目玉焼きフライ-half A・C ふんわり豆腐ナゲット A・D れんこんサラダ おかか和え A 甘辛煮 A・D 福神漬 A 絹厚揚げ煮付 A・D エネルギー 531kcal 脂質 18.8g たんぱく質 12.2g 食塩相当量 3.1g	ジャージャー麺 A 野菜コロッケ A・C・D ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G わかめドレッシング A もやしとコーンのおひたし A 沢庵和え A 煮付(干しエビ香キャベツ天) A・C・D・F・G 赤かっぱ A エネルギー 426kcal 脂質 13.5g たんぱく質 13.8g 食塩相当量 3.8g	茹でもやし あじの南蛮漬 いかの天ぷら A・C・D チャプチェ A 梅生姜和え A 利久炒め A 白大根 煮付(しいたけ) A・D エネルギー 446kcal 脂質 17.4g たんぱく質 10.6g 食塩相当量 2.9g	スパゲティ和え A 洋風かつ丼 A・D オムレツ-half C ジンジャーサラダ 辛子和え こんにゃくの炒め煮 A・D しば漬 煮付(焼竹輪) A・C・D エネルギー 418kcal 脂質 18.8g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 4.6g	休業日
9日 (月)	10日 (火)	11日 (水)	12日 (木)	13日 (金)	14日 (土)
ソース焼そば A・D ハムカツ A ミニ野菜春巻 A ホイコーロー A 切り干し大根サラダ A・D 油炒め A ピリ辛みそ A つぼ漬 A エネルギー 408kcal 脂質 19.0g たんぱく質 14.9g 食塩相当量 5.2g	八宝菜 イカフライ A 上野餃子 A・D チキンサラダ A・C ゴマ和え 無限こんにゃく A・D 青かっぱ A 昆布豆 A エネルギー 410kcal 脂質 24.3g たんぱく質 16.4g 食塩相当量 1.8g	手作りカレーから揚げ パンプキンサラダ A・C しゅうまい A・D 切昆布の煮物 A・C・D 油炒め A 煮びたし A・D 赤かっぱ A ミニカップなめ茸 A エネルギー 459kcal 脂質 31.5g たんぱく質 17.1g 食塩相当量 2.9g	麻婆春雨 A 焼魚(しおます) 竹輪の磯辺揚げ A・C・D れんこん金平 A 炒め煮 D キャベツとかにかまの和え物 A・C・F・G さくら漬 A しそ昆布 A エネルギー 261kcal 脂質 9.1g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 3.4g	スパゲティ和え A ハンバーグ A・D おろしポン酢ソース A 白身魚と豆腐のしんじょう C キャベツソテー ごま和え A えびチリ A・C・F はりはり漬 他 A エネルギー 368kcal 脂質 22.2g たんぱく質 14.8g 食塩相当量 3.1g	休業日
16日 (月)	17日 (火)	18日 (水)	19日 (木)	20日 (金)	21日 (土)
敬老の日	クリームパスタ A・C・D ハムステーキ あぶり焼きチキンステーキ ひじき煮 A・D 油炒め 翁和え 他 A・C パンフライ献立 エネルギー 301kcal 脂質 14.5g たんぱく質 17.2g 食塩相当量 3.3g	チキンカレー A・D・E 白身フライ A ピーマン肉詰めフライ A・C 春雨サラダ C もやしのナムル 生姜煮 A・D 福神漬 A さつま場の煮付 A・D エネルギー 490kcal 脂質 20.7g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 3.9g	鯖の味噌煮 A・D たけのこの煮付 A・D 煮付(花さつま) A・C 豚キムチ A・F ミニ納豆 A 黒胡椒炒め 他 パンフライ献立 エネルギー 331kcal 脂質 19.6g たんぱく質 19.4g 食塩相当量 3.2g	焼うどん A トマトクリーミーフライ A・D いら饅頭 A オイスター煮 ねぎ塩和え A・C さつま芋サラダ しば漬 鮭フレーク エネルギー 430kcal 脂質 21.2g たんぱく質 12.7g 食塩相当量 3.8g	休業日
23日 (月)	24日 (火)	25日 (水)	26日 (木)	27日 (金)	28日 (土)
振替休日	いかとマカロニのトマト煮 A・D 鶏ムネ唐揚 A・C 水餃子 A・D 油淋鶏ソース A・C ピリ辛和え A カレーソテー 青かっぱ A 茶花豆 エネルギー 425kcal 脂質 11.4g たんぱく質 12.5g 食塩相当量 1.4g	千キャベツ タレかつ A・D おからの煮物 A カップグラタン A・D・F フロッコリーのマリネ A・D はりはり漬 A 穂先メンマ エネルギー 309kcal 脂質 15.6g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 2.7g	リヨネーズポテト A・C 甘辛鶏ごぼろメンチカツ A・D たけのこしゅうまい A・D おでん風 A・C・D 土佐和え A ピリ辛キャベツ A タレ付ミートボール A・D おかず生姜 A エネルギー 510kcal 脂質 20.9g たんぱく質 14.5g 食塩相当量 3.9g	千キャベツ あじフライ A ササミフライ A ミニソース 中華サラダ A・C ピリ辛煮 A・D 白麻婆豆腐 A さくら漬 他 A エネルギー 403kcal 脂質 19.7g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 3.4g	クリーム煮 A・D 紫芋コロッケ A ウインナー 田舎煮 A・D ピリ辛炒め れんこん炒り煮 D のり佃煮 F・D 赤かっぱ 他 A エネルギー 351kcal 脂質 16.6g たんぱく質 13.0g 食塩相当量 3.1g
30日 (月)	<div style="border: 1px dashed blue; padding: 10px;"> <p>※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。</p> <p>※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。</p> <p>※仕入れ等の都合により、献立を変更することがあります。</p> <p>※お米は、新潟県産です。ごはんは、お米で120g・427kcalです。</p> </div>				
スパゲティ和え A ハンバーグ A・D ケチャップソース A 目玉風オムレツ C・D 切干大根の煮物 D カレーもやし 他 パンフライ献立 エネルギー 302kcal 脂質 11.3g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 2.6g					

お知らせ

来月から炊き込みごはんの
お届けが始まります(〇)/
来月は60周年感謝月間として
毎週お届けしますのでお楽しみに(〇)♪

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