

# 令和6年11月献立表(特食)



TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



※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。ごはんは約240g(並盛)で約427kcalです。

**炊き込み**  
**11月7日(木) 五目ごはん**  
**11月28日(木) コーンピラフ**

1日(金)		2日(土)	
もやし	A	<b>休業日</b>	
あじ南蛮漬け	A		
海鮮えび入りオクラ包み	A・F		
水餃子	A・D		
チャブチエ	A		
梅生姜和え	A		
利久炒め	A		
青かつぱ	A		
エネルギー	496kcal	脂質	16.5g
たんぱく質	18.2g	食塩相当量	3.6g

4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
<b>振替休日</b>	酢豚 A イカフライ A ふんわり豆腐ナゲット A・D カレーチキンサラダ A・C 山くらげの旨煮 A・D ごま和え A 赤かつぱ A タレ付ミートボール A・D	ジャージャー麺 A 紫芋コロッケ A 厚焼き玉子 A・C 切干大根の煮物 D おかか和え A 炒り煮 D 茶花豆 しば漬	焼うどん A ベーコントマトフライ A 揚げぎょうざ A・D おからの煮物 A・D もやしとコーンのおひたし A ブロッコリーのマリネ 他 A・D <b>五目ごはん</b>	リヨネーズポテト A・C あじみりん干しフライ A ハムステーキ オイスターソース炒め ねぎ塩和え A・C 若竹煮 A・C・D 細切り大根漬 A こんにゃく煮付 A・D	いかとパンネのトマト煮 A・D 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 辛子和え れんこんのマリネ A・D 煮付(がんも) A・D 野沢菜かつぱ A
	エネルギー 557kcal 脂質 20.7g たんぱく質 18.7g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 401kcal 脂質 12.8g たんぱく質 13.3g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 381kcal 脂質 12.1g たんぱく質 11.2g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 507kcal 脂質 20.1g たんぱく質 17.6g 食塩相当量 4.0g	エネルギー 402kcal 脂質 19.8g たんぱく質 15.3g 食塩相当量 3.1g
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
スパゲティ和え A ハンバーグ A・D にら饅頭 A おろしポン酢ソース A キャベツソテー 油炒め A・C 翁和え A・C ピリ辛味噌 他 A	ソース焼そば A・D ハムカツ A 竹輪の磯辺揚げ A・C・D れんこん金平 A 梅ザーサイ和え A 大豆とひじきの磯香煮 A・D 細切り桜漬 A 手作りあさり佃煮 A・D	チキンカレー A・D・E 白身フライ A 三角おさつフライ A 春雨サラダ A・C・G 昆布和え 大根の生姜煮 A・D 福神漬 A さつま揚げの煮付 A・D	千キャベツ タレかつ A・D さばの塩焼 花かまぼこ A・C 中華炒め A さつま芋サラダ しば漬 他 A	麻婆春雨 A ミニ野菜コロッケ A 鶏ムネ唐揚 A・C れんこんサラダ えびチリ A・C・F 黒胡椒炒め 青かつぱ A しそ昆布 A	<b>休業日</b>
エネルギー 304kcal 脂質 12.3g たんぱく質 13.4g 食塩相当量 3.4g	エネルギー 403kcal 脂質 15.3g たんぱく質 19.3g 食塩相当量 4.2g	エネルギー 456kcal 脂質 20.2g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 3.5g	エネルギー 424kcal 脂質 18.9g たんぱく質 22.9g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 434kcal 脂質 20.4g たんぱく質 9.9g 食塩相当量 3.0g	
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
ハヤシシチュー A・C・D カレーコロッケ A・C いかカツ A わかめドレッシング A・D 中華和え A・C こんにゃくの甘辛煮 A・D 赤かつぱ 他 A	ホイコーロー A 三角春巻 A・F あらびきウインナー 肉じゃが A・D ごま和え A・C 麻婆豆腐 A 昆布豆 A 野沢菜かつぱ A	カラフルチンジャオロース A ピーマン肉詰めフライ A・C 中華サラダ A 土佐和え A ピリ辛キャベツ A・C 白大根 磯辺ささみフライ 他 A	あんかけやきそば A・D 手羽元あぶり焼き ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G 大根のさっぱり煮 A・D ピリ辛煮 A・D カレー炒め はりはり漬 A 煮付(扇心) A・D	キャベツ あじフライ A メンチカツ A・D ミニソース 卵とじ A・C ナムル こんにゃくの炒め煮 D 桜漬 A	<b>休業日</b>
エネルギー 489kcal 脂質 18.8g たんぱく質 15.7g 食塩相当量 4.9g	エネルギー 416kcal 脂質 16.2g たんぱく質 12.8g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 462kcal 脂質 12.7g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 387kcal 脂質 12.6g たんぱく質 20.2g 食塩相当量 4.1g	エネルギー 452kcal 脂質 17.5g たんぱく質 25.2g 食塩相当量 3.8g	
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
鶏丼風 A・D クラッシュベーコン粒マスタードフライ A 南瓜の天ぷら 豚キムチ A・F キャベツとかに蒲鉾の和え物 大根サラダ A・D スープ煮(チキンボール) A はりはり漬 A	八宝菜 白身魚の磯辺フライ A チキンナゲット A 田舎煮 A・D 金平ごぼう A ドレッシングサラダ A つぼ漬 A 穂先メンマ	スパゲティ和え A ハンバーグ A・D かにクリームコロッケ A・C・D・G トマトソース A 切昆布の煮物 A・D ポテトサラダ お浸し 青かつぱ 他 A	付)千キャベツ 手作りチキン南蛮 C えびカツ A・F ひじき煮 A・D ザーサイ和え 他 A <b>コーンピラフ</b>	カレーシチュー A・D・E あじ大葉フライ A コーンフライ A バンサンスー A・D すき焼き風煮 D 油炒め A 福神漬 A 煮付(揚げボール) A・C・D	クリーム煮 A・D ささみフライ A・D ミニ野菜春巻 A オイスターソース煮 ピリ和え 煮物 A さくら漬 A 青のり若布入り A
エネルギー 412kcal 脂質 20.1g たんぱく質 15.1g 食塩相当量 4.0g	エネルギー 362kcal 脂質 11.2g たんぱく質 12.6g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 436kcal 脂質 18.6g たんぱく質 14.6g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 480kcal 脂質 21.3g たんぱく質 23.9g 食塩相当量 3.9g	エネルギー 474kcal 脂質 20.8g たんぱく質 19.7g 食塩相当量 4.4g	エネルギー 354kcal 脂質 18.0g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 2.9g

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