



# 令和7年3月夕飯献立表



TEL0256-63-4624

FAX0256-63-6866

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
レタス タレ鶏 いか天 ビーフソテー にら饅頭 大根ドレッシング もやしナムル 漬物 エネルギー 352kcal 脂質 19.5g たんぱく質 13.8g 食塩相当量 3.3g	パンプキンサラダ プレスハム お弁当ハムカツ ミニソース 野菜の含め煮 煮付(たこ八) 梅生姜和え メンマのピリ辛煮 他 エネルギー 424kcal 脂質 20.1g たんぱく質 13.9g 食塩相当量 3.2g	さばの南蛮漬け 鶏天の南蛮漬け マカロニサラダ みかん缶 佃煮 煮付(こんにゃく) 煮付(さつま芋) 漬物 エネルギー 450kcal 脂質 21.7g たんぱく質 21.9g 食塩相当量 2.0g	天津かに玉 甘酢あんかけ 水餃子 田舎煮 煮付(扇ふ) チリポテト ハンバンジー 佃煮 エネルギー 316kcal 脂質 10.9g たんぱく質 14.5g 食塩相当量 2.9g	スパゲティ和え ハンバーグのトマトソースかけ 野菜コロッケ 厚揚げのすき焼き風煮 煮付(しいたけ) パイナップル れんこんとハムのサラダ 漬物 エネルギー 387kcal 脂質 15.8g たんぱく質 16.8g 食塩相当量 2.2g	<b>休業日</b>
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
ナポリタン 鶏ムネから揚げ ひじき煮 煮付(花天) 佃煮 ブロッコリーのマリネ 漬物 エネルギー 318kcal 脂質 13.3g たんぱく質 12.6g 食塩相当量 3.2g	クリーム煮 ベーコントマトフライ ますの塩焼き たけのこしゅうまい もやしとコーンのおひたし 大根金平 漬物 エネルギー 396kcal 脂質 13.8g たんぱく質 12.5g 食塩相当量 2.4g	麻婆春雨 いかの照り焼き 八幡巻 千キャベツ ソースカツ わかめドレッシング 豆腐と枝豆の煮物 煮付(丸あげ) 他 エネルギー 292kcal 脂質 9.6g たんぱく質 19.4g 食塩相当量 3.1g	豚肉の生姜焼き ミニ北海道グラタン ミニコーンコロッケ もやし中華サラダ みかん缶 佃煮 金平煮 漬物 エネルギー 328kcal 脂質 15.7g たんぱく質 16.7g 食塩相当量 2.7g	カレーパスタ ソーセージカツ おからの煮物 煮付(こんにゃく) 佃煮 キャベツソテー 漬物 エネルギー 317kcal 脂質 12.2g たんぱく質 15.7g 食塩相当量 3.4g	<b>休業日</b>
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
酢豚 竹輪の磯辺揚げ 紫芋コロッケ おでん 煮付(がんも) さつま芋サラダ 翁和え 漬物 エネルギー 474kcal 脂質 29.5g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 2.9g	イタリアン風 白身フライ えびフライ 肉じゃが 漬物 菜の花和え 白麻婆豆腐 佃煮 エネルギー 391kcal 脂質 22.3g たんぱく質 15.9g 食塩相当量 2.8g	千キャベツ あじフライ ホタテ風味フライ ミニソース 麻婆大根 佃煮 他 <b>五目ごはん</b> エネルギー 405kcal 脂質 12.6g たんぱく質 13.3g 食塩相当量 2.7g	<b>春分の日</b>	スパゲティ和え メンチカツのごまソースかけ チャプチェ 焼目付き餃子 みそ炒め 中華和え 佃煮 エネルギー 448kcal 脂質 20.4g たんぱく質 18.6g 食塩相当量 3.1g	白身魚きのこソースかけ 黒酢肉団子 ホイコーロー チキンナゲット 白菜の土佐和え 利久炒め 漬物 エネルギー 341kcal 脂質 18.9g たんぱく質 17.6g 食塩相当量 2.4g
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
千キャベツ タレかつ 漬物 五目煮 煮付(ごぼう巻) 大学芋 麻婆茄子 佃煮 エネルギー 396kcal 脂質 15.8g たんぱく質 16.8g 食塩相当量 3.8g	ソース焼そば 三角春巻 ハムステーキ コールスロー パイン缶 生姜和え ブロッコリーのソテー 漬物 エネルギー 345kcal 脂質 18.6g たんぱく質 11.6g 食塩相当量 2.5g	チンジャオロース 白菜の煮びたし トラウトの塩焼き 野菜コロッケ 佃煮 れんこんサラダ 漬物 エネルギー 292kcal 脂質 16.7g たんぱく質 17.5g 食塩相当量 2.7g	スパゲティ和え ハンバーグ デミソースかけ けんちん煮 八幡巻 佃煮 南瓜のそぼろ煮 他 エネルギー 350kcal 脂質 12.6g たんぱく質 18.6g 食塩相当量 2.8g	さばの味噌煮 花かまぼこ 麩のふわふわ炒め 水餃子 ユーリンチーソース もやしのごま和え れんこんのきんぴら 漬物 エネルギー 435kcal 脂質 18.5g たんぱく質 23.7g 食塩相当量 3.0g	焼うどん 鶏肉の照り焼き 切昆布の煮物 絹厚揚げの煮付 もやしのカレーソテー ポテトサラダ 漬物 他 エネルギー 317kcal 脂質 13.6g たんぱく質 20.6g 食塩相当量 3.2g
31日(月)	<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。          ※おかずの容器は電子レンジ対応になっています。          ※お米は新潟県産です。※ごはんは約240g・約427kcalです。          ※当日の変更は10時までにはお願いします。</p> </div>				
カレーシチュー 豚ロースとんかつ 切干大根の煮物 煮付(上野紅生姜) もやしのピリ和え 青豆サラダ 福神漬 エネルギー 418kcal 脂質 23.8g たんぱく質 14.3g 食塩相当量 3.8g					

A:小麦 B:そば C:卵 D:乳 E:落花生 F:えび G:かに

3月19日(水)

炊き込みごはん

【五目ごはん】を白ごはんの代わりに

お届けします!!