

令和7年4月 献立表(夕飯)

TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



炊き込みごはん

4月22日(火)

【小豆しょうゆごはん】

を白ごはんの代わりに
お届けします！！

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
シンジャーマンポテト A イカの照焼き A プレーンオムレツ C 切昆布物 A・D 煮付(ごぼう巻) A・C・D・F 生姜和え A フロッコリーのソテー 漬物 A エネルギー 349kcal 脂質 13.9g たんぱく質 17.4g 食塩相当量 3.1g	付)千キャベツ エビフライ A・F チキンカツ A・D ミニソース 黄桃缶 甘辛煮 A・D 煮付(がんも) A・D 黒酢肉団子 他 A・C・D エネルギー 377kcal 脂質 13.6g たんぱく質 11.9g 食塩相当量 2.1g	酢豚 特製春巻き A 和え物 A パンサンスー A・D パイン缶 大学芋 煮付(こんにゃく) A・D 煮付(丸あげ) 他 A・D エネルギー 407kcal 脂質 18.9g たんぱく質 10.7g 食塩相当量 2.9g	千キャベツ タレかつ A 粉ふき芋 厚揚げのすき焼き風 D 佃煮 A・F・G れんこんサラダ A・C 漬物 A エネルギー 337kcal 脂質 16.7g たんぱく質 15.1g 食塩相当量 2.0g	<h3>休業日</h3>	
7日(月)	8日(水)	9日(火)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
焼うどん A にら饅頭 A ブラックカレーコロッケ A・C・D 利久炒め A 佃煮 A・F・G 八幡巻 A パンバンジー C 漬物 A エネルギー 363kcal 脂質 15.1g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 3.5g	かに玉 A・C・F・G 水餃子 A・D 中華ソース A チャプチェ A ピック海鮮シュウマイ A・D おかか和え 中華炒め A 漬物 A エネルギー 290kcal 脂質 10.8g たんぱく質 13.1g 食塩相当量 3.5g	さばの味噌煮 A・D 煮付(花さつま) A・D 煮付(大根) A・D 佃煮 A・F・G 中華サラダ A・D みかん缶 しょうゆ和え A 麻婆豆腐 他 A エネルギー 392kcal 脂質 20.1g たんぱく質 18.6g 食塩相当量 2.7g	イタリアン風 A えびカツ A・F 鶏ムネ唐揚げ A・C おでん風 A・C・D 煮付(しいたけ) A・D フレンチサラダ A 金平ごぼう A 漬物 A エネルギー 383kcal 脂質 18.6g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 2.5g	白身魚の和風あんかけ A・C・D 豆腐ハンバーグ C オレンジ 味噌煮 煮付(絹厚揚げ) A・D ごま和え A・C オイスターソース炒め 漬物 A エネルギー 358kcal 脂質 10.7g たんぱく質 16.6g 食塩相当量 2.6g	焼そば A・D ハムステーキ 三角春巻 A・F 焼魚(しおます) ぶんわり豆腐ナゲット A・D 大根ドレッシング A ナムル A 漬物 A エネルギー 368kcal 脂質 20.5g たんぱく質 18.8g 食塩相当量 3.0g
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
チリポテト A チキンステーキ ちゃんぽんうどん A・C・D 無限こんにゃく A・D 磯香和え A 漬物 A エネルギー 363kcal 脂質 18.1g たんぱく質 13.8g 食塩相当量 3.1g	カレーシチュー A・D・E サーモンフライ A・C ツナサラダ A パイナップル ザーサイ和え A メンマのおかか煮 D 佃煮 A・F・G エネルギー 424kcal 脂質 20.9g たんぱく質 14.3g 食塩相当量 3.3g	麻婆茄子 シューシーメンチカツ A・D 味噌煮 こんにゃく煮付 A・D あっさり漬 A 鶏肉のカシューナッツ炒め 佃煮 A・F・G エネルギー 421kcal 脂質 20.9g たんぱく質 17.5g 食塩相当量 3.1g	南蛮漬(さば) A・C・D 海鮮えび入りオクラ包み A・F 水餃子 A・D みかん缶 ビーフソテー A フレンチサラダ A 煮付(南瓜) A・D 煮付(花さつま) 他 A・C エネルギー 352kcal 脂質 14.0g たんぱく質 20.1g 食塩相当量 2.5g	揚出豆腐と鶏肉みそあんかけ A 茄子 花かまぼこ A・C ひじき煮 C・D 煮付(扇ふ) A・D いんげんのごま和え A 炒め煮 A・C・D 漬物 A エネルギー 334kcal 脂質 17.4g たんぱく質 15.3g 食塩相当量 2.4g	<h3>休業日</h3>
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
チンジャオロース A ごま和え A トラウトの塩焼 厚焼き玉子 A・C ウィンナー 野菜ソテー コロコロサラダ A・D 漬物 A エネルギー 293kcal 脂質 18.1g たんぱく質 20.4g 食塩相当量 3.1g	スパゲティ和え A ハンバーグ A・D おろしソース A 鶏肉の照り焼き A 豚キムチ A・F 煮びたし 他 A・D 小豆しょうゆごはん エネルギー 306kcal 脂質 11.7g たんぱく質 21.3g 食塩相当量 2.7g	生姜焼き 竹輪の磯辺揚げ A・C・D かき揚げ A・C・D ポロネーゼ風 A れんこんの塩昆布炒め ポトフ A・D 漬物 A エネルギー 428kcal 脂質 25.6g たんぱく質 16.9g 食塩相当量 3.3g	千キャベツ あじフライ A ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G ミニソース 焼うどん A 佃煮 A・F・G もやしのピリ和え 漬物 A エネルギー 402kcal 脂質 12.7g たんぱく質 13.7g 食塩相当量 2.8g	ハヤシシチュー えびカツ A・F プレーンオムレツ C れんこんとハムのサラダ A みかん缶 土佐和え A 南瓜のそぼろ煮 A 漬物 A エネルギー 353kcal 脂質 17.5g たんぱく質 12.8g 食塩相当量 3.5g	<h3>休業日</h3>
28日(月)	29日(火)	30日(水)	<div style="border: 2px 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。※ごはんは約240g・約427kcalです。</p> <p>※当日の変更は10時まででございます。</p> </div>		
ジャージャー麺 A ハムカツ A 水餃子 A・D ユーリンチソース A・C ごま和え A れんこん金平 A 漬物 A エネルギー 377kcal 脂質 17.6g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 2.9g	<h3>昭和の日</h3>	千キャベツ ヤンニョムチキン A ミニカップグラタン A・D 塩焼そば A・D 大根ドレッシング A・C 肉じゃが A・D 漬物 A エネルギー 459kcal 脂質 20.4g たんぱく質 19.2g 食塩相当量 2.2g			

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