

# 令和7年4月 献立表(一般食)

日々お客様の健康を考え、安全で安心なお弁当を職員一丸となり、お作り・お届けしていきます。今年度もよろしくお願いたします!(^\_^)!



今月の炊き込みごはん

・16日(水) 山菜ごはん



TEL0256-63-4624  
FAX0256-63-6866

1日(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		5日(土)	
ソース焼そば A・C・D		スパゲティ和え A		カラフルチンジャオロース A		ハヤシチチュウ A・D		休業日	
ハムステーキ A・D		ハンバーグのケチャップソースかけ A・D		ハムカツ A		目玉焼きフライ A・C・D			
プレーンオムレツ C		オイスターソース煮 A		れんこん金平 A		肉じゃが A			
おでん風 A・C・D		甘辛煮 A・D		おかか和え A		油炒め A・C			
金平ごぼう A		もやしのごま和え A		大根のサラダ A		翁和え A・C			
若竹煮 他 A・D		青かつば A		つぼ漬 A		しば漬			
インフライ献立		インフライ献立							
エネルギー 218kcal 脂質 5.8g たんぱく質 10.5g 食塩相当量 2.6g		エネルギー 289kcal 脂質 13.1g たんぱく質 12.1g 食塩相当量 1.5g		エネルギー 309kcal 脂質 11.3g たんぱく質 10.6g 食塩相当量 2.9g		エネルギー 389kcal 脂質 18.4g たんぱく質 9.1g 食塩相当量 2.8g			
7日(月)		8日(火)		9日(水)		10日(木)		11日(金)	
チリポテト A		ジャージャー麺 A		カレーシチュウ A・D・E		麻婆春雨 A		八宝菜 A	
三角春巻 A・F		白身磯辺フライ A		ササミフライ A・D		あじフライ A		紫芋コロッケ A・C・D	
中華炒め A		ひじき煮 A・D		かにサラダ A・C・G		ミニソース A		切昆布の煮物 A・C・D	
油炒め A		もやしとコーンのお浸し A		中華和え A・C		切干大根の煮物 A・C・D		れんこんサラダ A	
生姜煮 A・D		マリネ A・D		甘辛煮 A・D		ナムル A・C・D		黒こしょう炒め A	
白大根		細切り大根漬 A		福神漬 A		油炒め A・D		はりはり漬 A	
						桜漬 A			
エネルギー 284kcal 脂質 13.6g たんぱく質 7.5g 食塩相当量 3.5g		エネルギー 285kcal 脂質 8.6g たんぱく質 11.6g 食塩相当量 2.6g		エネルギー 456kcal 脂質 20.1g たんぱく質 11.9g 食塩相当量 2.9g		エネルギー 298kcal 脂質 12.3g たんぱく質 10.5g 食塩相当量 3.0g		エネルギー 368kcal 脂質 13.5g たんぱく質 7.2g 食塩相当量 2.7g	
14日(月)		15日(火)		16日(水)		17日(木)		18日(金)	
スパゲティ和え A		千キャベツ		バスカトーレ A・D・F		リヨネーズポテト A・C		焼うどん A	
ハンバーグのデミソースかけ A・D		タしかつ A・D		あじみりん干しフライ A		粒マスタードフライ A		白身フライ A	
春雨サラダ A・C		おからの煮物 A・C・D		わかめドレッシング A		チャプチェ A		豚キムチ A・F	
昆布和え A		レッドホットもやし A		菜の花和え A		梅ザーサイ和え A		切り干し大根サラダ A	
煮物 A・D		炒め煮 A・D		ブロッコリーのソテー 他		ごま和え A		さつま芋のそぼろ煮 A・D	
赤かつば A		さくら漬 A		山菜ごはん		青かつば A		しば漬	
エネルギー 341kcal 脂質 15.6g たんぱく質 11.3g 食塩相当量 2.2g		エネルギー 350kcal 脂質 12.4g たんぱく質 12.2g 食塩相当量 2.5g		エネルギー 235kcal 脂質 9.2g たんぱく質 13.0g 食塩相当量 3.4g		エネルギー 397kcal 脂質 20.5g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 3.1g		エネルギー 315kcal 脂質 11.9g たんぱく質 9.0g 食塩相当量 3.0g	
21日(月)		22日(火)		23日(水)		24日(木)		25日(金)	
スパゲティサラダ A・C		ブロッコリーと鶏肉のガーリック炒め A・D		チキンカレー A・D・E		あんかけ焼きそば A・D・F		なすの味噌炒め A・D	
鶏ムネ唐揚 A・C		あじ大葉フライ A		コーンコロッケ A・D		ピーマン肉詰めフライ A・C		タコキャベツかつ A・F	
厚揚げのすき焼き風煮 A・D		野菜の含め煮 A・C・D		ピリ辛サラダ A		さつま芋とれんこんの甘酢炒め A		パンサンスー A・D	
ピリ辛和え A		フレンチサラダ A・C・D		中華和え A・C		ふきの金平 A・D		梅生姜和え A	
無限こんにやく A・D		麻婆豆腐 A		磯香煮 A・D		かす煮 A・D		利久炒め A・D	
干切り桜漬 A		つぼ漬 A		福神漬 A		はりはり漬 A		白大根	
エネルギー 378kcal 脂質 20.5g たんぱく質 13.8g 食塩相当量 2.3g		エネルギー 324kcal 脂質 10.7g たんぱく質 11.2g 食塩相当量 1.8g		エネルギー 445kcal 脂質 18.7g たんぱく質 12.7g 食塩相当量 3.4g		エネルギー 266kcal 脂質 9.2g たんぱく質 9.2g 食塩相当量 3.0g		エネルギー 293kcal 脂質 15.9g たんぱく質 8.4g 食塩相当量 1.7g	
28日(月)		29日(火)		30日(水)		<div style="border: 1px dashed red; padding: 5px;"> <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、急遽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、小盛150g・234Kcal、並盛240g・374kcalです。</p> </div>			
酢豚 A		昭和の日		ポロネーゼ風 A					
かにクリーミーコロッケ A・C・D・G				シューシーメンチカツ A・D					
麻婆大根 A				ピリ辛炒め A					
ザーサイ和え A				昆布炒め A					
南瓜サラダ A・C				けんちん煮 A・D					
青かつば A				白大根					
エネルギー 429kcal 脂質 19.1g たんぱく質 10.9g 食塩相当量 2.6g				エネルギー 297kcal 脂質 13.8g たんぱく質 9.3g 食塩相当量 3.0g					

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