

令和7年5月 献立表(一般食)

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、急遽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、小盛150 g ・ 234Kcal、並盛240 g ・ 374kcalです。

1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)
焼うどん A あじフィーレフライ A・C・D 豚キムチ A・F 切り干し大根サラダ A こんにゃくの甘辛煮 A・D しば漬	カラフルチンジャオロース A ささみフライ A・C・D 春雨サラダ C・F・G ごま和え A 生姜煮 A・D はりはり漬 A	憲法記念日
エネルギー 371kcal 脂質 10.6g たんばく質 10.3g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 373kcal 脂質 13.1g たんばく質 10.8g 食塩相当量 2.4g	
5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)
こどもの日	振替休日	スパゲティ和え A ハンバーグのケチャップソースかけ A・D れんこん金平 A 中華和え A・C 若竹煮 A・D つぼ漬 A ハンフライ献立
		エネルギー 254kcal 脂質 9.3g たんばく質 11.5g 食塩相当量 1.4g
8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)
ソース焼きそば A・C・D ハムカツ A ひじき煮 A たけのこの油炒め A 大根のサラダ A さくら漬 A	南蛮漬け (さば) A・C・D 野菜春巻 A 大根のオイスター煮 おかか和え 油炒め A 細切り大根漬け A	和風パスタ A・C オムレツ C ハムステーキ 切干大根の煮物 A・D 梅生姜和え A さつま芋のそぼろ煮 他 A・D ハンフライ献立
エネルギー 287kcal 脂質 11.8g たんばく質 9.6g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 415kcal 脂質 15.3g たんばく質 14.7g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 214kcal 脂質 13.6g たんばく質 11.0g 食塩相当量 2.8g
12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)
八宝菜 イカよせフライ A チキンサラダ A・C もやしとコーンのおひたし こんにゃくの炒め煮 D 細切りさくら漬 A	麻婆春雨 鶏ムネ唐揚げ A・C ミニ野菜コロッケ A おでん風 A・C・D 金平ごぼう A 翁和え A・C 赤かっぱ A	メンチカツのごまソースかけ A・C・D スパゲティ和え A 肉じゃが A・D 大根の油炒め A マリネ A・D はりはり漬 A
エネルギー 384kcal 脂質 14.3g たんばく質 12.4g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 384kcal 脂質 15.0g たんばく質 10.3g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 302kcal 脂質 12.0g たんばく質 8.7g 食塩相当量 2.7g
15日 (木)	16日 (金)	17日 (土)
チキンカレー A・D・E 白身魚フライ C 中華炒め A 梅ザーサイ和え A ブロッコリーのソテー 福神漬 A	ごま焼肉炒め A 三角春巻 A・F さっぱり煮 D 麻婆豆腐 A 沢庵和え A 煮付 (がんも) A	休業日
エネルギー 479kcal 脂質 20.1g たんばく質 16.4g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 252kcal 脂質 13.6g たんばく質 13.1g 食塩相当量 2.0g	
19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)
ハヤシシチュー A・C・D 野菜コロッケ A・C・D わかめドレッシング A もやしのナムル A ごま和え A つぼ漬 A	あんかけやきそば A・C・D 白身魚の磯辺フライ C ジンジャーサラダ A・D 山くらげの旨煮 A・D さつま芋サラダ 赤かっぱ A	チリポテト A・D ピーマン肉詰めフライ A・C 切り昆布の煮物 A・D 甘酢和え A 黒こしょう炒め 青かっぱ A
エネルギー 300kcal 脂質 15.4g たんばく質 9.4g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 342kcal 脂質 19.7g たんばく質 21.3g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 359kcal 脂質 20.8g たんばく質 8.7g 食塩相当量 2.6g
22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)
せんキャベツ タレかつ A チャブチェ A フレンチサラダ A 磯香煮 A・D さくら漬 A	ペスカトーレ A・D・F メンチカツ A・D 厚揚げのすき焼き風煮 D ツナサラダ A ピリ辛キャベツ 生姜みそ A	休業日
エネルギー 451kcal 脂質 13.1g たんばく質 16.3g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 399kcal 脂質 20.6g たんばく質 17.0g 食塩相当量 2.8g	
26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)
デミソース A・C・D ハンバーグ A・D 海鮮炒め A ザーサイ和え A 利久炒め A はりはり漬 A ハンフライ献立	あじフライ A ミニソース パンプキンサラダ C・D ホイコーロー A ふきの梅和え A 大根のかす煮 A・D 白大根 (ゆず風味)	ポークカレー A・D・E 目玉焼きフライハーフ A・C 豚肉とキャベツのごま和え A 炒め煮 土佐和え A 福神漬 A
エネルギー 228kcal 脂質 16.8g たんばく質 11.0g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 308kcal 脂質 17.8g たんばく質 10.1g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 429kcal 脂質 18.8g たんばく質 10.9g 食塩相当量 3.2g
29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)
酢豚 A・C・D えびカツ A・F ピリ辛サラダ A キャベツとカニ蒲鉾の和え物 A・C・G 炒め煮 A 赤かっぱ A	せんキャベツ 油淋鶏 A・C 水餃子 A・D 麻婆大根 A 中華和え A・C 無限こんにゃく A・D しば漬	ジャージャー麺 A 紫芋コロッケ A・C・D パンサンズー A・D 甘辛煮 A・D 豆腐かにあんかけ A・G つぼ漬 A
エネルギー 454kcal 脂質 20.2g たんばく質 10.7g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 453kcal 脂質 20.6g たんばく質 13.3g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 294kcal 脂質 17.8g たんばく質 12.4g 食塩相当量 3.1g

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