

令和7年5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、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 ハムチーズフライ A・C・D 豚キムチ A・F 切干大根サラダ A しば漬 A 手作りあさり佃煮 A・D	カラフルチンジャオロース A ささみフライ A・C・D 海鮮しゅうまい A・D・F 春雨サラダ C・F・G ごま和え A 生姜煮 A・D はりはり漬 A 昆布豆 A	憲法記念日
エネルギー 485kcal 脂質 11.3g たんばく質 13.4g 食塩相当量 3.8g	エネルギー 389kcal 脂質 18.2g たんばく質 15.8g 食塩相当量 3.0g	
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 うすら串フライ A・C れんこん金平 A 中華和え もやし A・C 若竹煮 A・D つぼ漬 A 絹厚揚げの煮付 A・D
		エネルギー 357kcal 脂質 15.5g たんばく質 15.3g 食塩相当量 1.9g
8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)
ソース焼そば A・C・D ひじき煮 A たけのこの油炒め A 大根サラダ A ハムカツ A さくら漬 A 南瓜の天ぷら A・C・D ピリッカラからしみそ A	南蛮漬け (さば) A・C・D にら饅頭 A 大根のオイスター煮 おかか和え A 油炒め A 細切り大根漬け A しそ昆布 A	和風パスタ A・C オムレツ C かにクリーミーコロッケ A・C・D・G 切干大根の煮物 A・D 梅生姜和え A さつま芋のそぼろ煮 A・D 青かっぱ A タレ付ミートボール A・D
エネルギー 343kcal 脂質 14.5g たんばく質 11.3g 食塩相当量 4.8g	エネルギー 430kcal 脂質 17.5g たんばく質 15.9g 食塩相当量 3.3g	エネルギー 287kcal 脂質 8.2g たんばく質 11.6g 食塩相当量 3.0g
12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)
八宝菜 イカよせフライ A ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G 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 さくら漬 A 青のり若布入り 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 北海道グラタン A・D 翁和え A・C 赤かっぱ A 煮付 (扇ふ) A・D	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 エビフライ A・F 手作りひじきふりかけ A・D
エネルギー 448kcal 脂質 17.0g たんばく質 15.5g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 436kcal 脂質 19.4g たんばく質 14.0g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 348kcal 脂質 15.9g たんばく質 10.1g 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 厚焼き玉子 A・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 煮付 (しいたけ) A・D	ごま焼肉炒め A 三角春巻 A・F 竹輪の磯辺揚げ A・C・D さっぱり煮 D 麻婆豆腐 A 沢庵和え A 煮付 (がんも) A 鮭フレーク	休業日
エネルギー 499kcal 脂質 20.2g たんばく質 17.4g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 326kcal 脂質 18.1g たんばく質 16.5g 食塩相当量 2.3g	
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 あらびきウインナー 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 梅ごぼう A・D	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 チキンナゲット A 味付ザーサイ A	チリポテト A・D ピーマン肉詰めフライ A・C タコキャベツかつ A・C・D 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 煮付 (焼竹輪) A・C・D
エネルギー 344kcal 脂質 17.2g たんばく質 12.4g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 477kcal 脂質 20.1g たんばく質 24.0g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 483kcal 脂質 20.9g たんばく質 15.5g 食塩相当量 3.0g
22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)
せんキャベツ タレかつ A 鯖の味噌煮 A・D 煮付 (花さつま) A・C フレンチサラダ A 磯香煮 A・D さくら漬 A 穂先メンマ	ペスカトーレ A・D・F メンチカツ A・D 一口磯辺ささみフライ A・C 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 こんにゃく煮付 A・D	休業日
エネルギー 537kcal 脂質 17.7g たんばく質 20.1g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 457kcal 脂質 20.5g たんばく質 19.5g 食塩相当量 3.2g	
26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)
デミソース A ハンバーグ A・D 目玉風オムレツ C・D 海鮮炒め A ザーサイ和え A 利久炒め 他 A ハンフライ献立 16.8g	あじフライ A たけのこしゅうまい A・D パンプキンサラダ C ホイコーロー A ふきの梅和え A かす煮 A・D 白大根 (ゆず風味) 煮付 (玉ねぎさつま) A・D	ボークカレー A・D・E 目玉焼きフライ A・C ウインナーフライ A・C・D 豚肉とキャベツのごま和え A 炒め煮 D 土佐和え A 福神漬 A 煮付 (チキンボール) A・C・D
エネルギー 289kcal 脂質 17.8g たんばく質 15.6g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 426kcal 脂質 20.3g たんばく質 15.0g 食塩相当量 3.5g	エネルギー 468kcal 脂質 20.8g たんばく質 14.1g 食塩相当量 3.0g
29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)
酢豚 A・C・D えびカツ A・F ミニ野菜春巻 A 切干大根のピリ辛サラダ 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 おかず生姜	せんキャベツ 油淋鶏 A・C 水餃子 A・D いかチリ A 麻婆大根 A 中華和え A・C しば漬 さつま揚げの煮付 A・D	ジャージャー麺 A 紫芋コロッケ A・C・D 海鮮えび入りオクラ包み A・F ハンサンスー A・D 甘辛煮 A・D 豆腐かにあんかけ A・G つぼ漬 A みかん缶
エネルギー 502kcal 脂質 20.2g たんばく質 11.1g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 476kcal 脂質 20.2g たんばく質 19.1g 食塩相当量 2.9g	エネルギー 358kcal 脂質 10.9g たんばく質 16.2g 食塩相当量 3.2g

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