

令和7年6月夕飯献立表



TEL0256-63-4624

FAX0256-63-6866

2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)	5日 (木)	6日 (金)	7日 (土)
スパゲティ和え A デミソース A・D ハンバーグ C オムレツ A さつま芋の韓国風炒め A 焼目付き餃子 A フレンチサラダ A・D メンマのおかか煮 他 D エネルギー 484kcal 脂質 21.7g たんぱく質 17.7g 食塩相当量 3.9g	レタス A・C・D ホキの薬味ソースかけ A・C 花かまぼこ A・C パイナップル A・D 大根の甘辛煮 A・C・D・F 煮付(棒天) A 生姜和え A 肉じゃが 他 A・D エネルギー 261kcal 脂質 9.3g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 2.1g	麻婆茄子 A あぶり焼きチキンステーキ塩 A ひじき煮 A・C 煮付(花さつま) A 土佐和え A バジルサラダ A 漬物 エネルギー 265kcal 脂質 12.1g たんぱく質 17.9g 食塩相当量 4.3g	レタス A・C・F えびチリ A・C・D いかの天ぷら A ビーフンソテー A にら饅頭 A マヨサラダ A・C・D 鶏肉のカシューナッツ炒め 佃煮 A エネルギー 477kcal 脂質 27.0g たんぱく質 20.0g 食塩相当量 3.2g	焼魚(しおます) A・C・D 竹輪の磯辺揚げ A・C・D 野菜コロッケ A 中華炒め A おかか和え A・D 煮付(厚揚げ) A・D 煮付(しいたけ) A・D 漬物 エネルギー 320kcal 脂質 11.9g たんぱく質 21.9g 食塩相当量 4.3g	休業日
9日 (月)	10日 (火)	11日 (水)	12日 (木)	13日 (金)	14日 (土)
さばの味噌煮 A・D 煮付(こんにゃく) A・D 麻婆春雨 A 山芋の梅肉和え A お浸し 他 エネルギー 313kcal 脂質 17.7g たんぱく質 13.8g 食塩相当量 2.2g	チンジャオロース A ごまあえ A 水餃子 A 油淋鶏ソース A・D あさりの佃煮 A・D さつま芋サラダ A・D 漬物 エネルギー 379kcal 脂質 19.6g たんぱく質 15.7g 食塩相当量 3.2g	豚丼風 A 紅生姜 A ハムチーズフライ A・C・D ミニトマト A ボロネーゼ風 A ワサビ和え A 大根の炒め煮 A・C・D 漬物 エネルギー 263kcal 脂質 16.6g たんぱく質 10.2g 食塩相当量 1.9g	千キャベツ A のり塩から揚げ A・C・D オレンジ A 切昆布の煮物 A・D 煮付(白揚げ天) A・D 佃煮 A もやしのナムル 漬物 エネルギー 406kcal 脂質 23.7g たんぱく質 16.8g 食塩相当量 2.9g	焼そば A・D メンチかつ A・C・D ひじき煮 A・D 煮付(南瓜) A・D 黒胡椒炒め わかめの酢の物 漬物 エネルギー 354kcal 脂質 16.0g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 3.2g	休業日
16日 (月)	17日 (火)	18日 (水)	19日 (木)	20日 (金)	21日 (土)
南瓜カレー A・D・E 白身磯辺フライ A・D れんこんの南蛮炒め A・D 大根サラダ A・D もやしときのこのナムル 福神漬け A 佃煮 エネルギー 300kcal 脂質 16.1g たんぱく質 11.3g 食塩相当量 3.0g	酢豚 A 白身フライ A しゅうまい A・D いかと大根の田舎煮 A・D 煮付(扇ふ) A・D 金平ごぼう A もやしのピリ辛和え A 漬物 エネルギー 436kcal 脂質 23.0g たんぱく質 17.1g 食塩相当量 3.3g	焼うどん A いかのネギ塩焼 A 利久炒め A・C 佃煮 A 肉団子 A・C・D バンバンジー C 漬物 エネルギー 296kcal 脂質 11.1g たんぱく質 18.1g 食塩相当量 4.6g	ニラレバ炒め A コロッケ A・C・D 切り干し大根サラダ A みかん缶 C ペペロンソテー A キャベツのごま和え 漬物 エネルギー 309kcal 脂質 11.6g たんぱく質 13.3g 食塩相当量 2.4g	海鮮炒め A ベーコントマトフライ A おでん風 A・C・D 煮付(精進がんも) A・D 佃煮 A 春雨サラダ A・C・D 漬物 エネルギー 289kcal 脂質 12.6g たんぱく質 13.2g 食塩相当量 3.2g	休業日
23日 (月)	24日 (火)	25日 (水)	26日 (木)	27日 (金)	28日 (土)
豆腐ハンバーグ C おろしソース A アジ竜田揚げ A キャベツソテー A 大根のかす煮 A 無限こんにゃく A・D 磯香和え A 漬物 エネルギー 350kcal 脂質 18.4g たんぱく質 18.5g 食塩相当量 2.9g	クリームシチュー A・D とんかつ A ミニソース D 煮物 A 佃煮 A 梅大根サラダ C 和え物 A・C 漬物 エネルギー 329kcal 脂質 16.4g たんぱく質 13.3g 食塩相当量 3.4g	和風パスタ A ミニグラタン A・D サーモンフライ A・C キャベツの炒め物 A パイン缶 A れんこんの塩昆布炒め A・D ポトフ(大根・カレーボール) 漬物 エネルギー 343kcal 脂質 13.3g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 3.1g	千キャベツ A タレカツ A・D 漬物 A 豚キムチ A・F さつま芋の重煮 A 麻婆豆腐 A 佃煮 A エネルギー 295kcal 脂質 13.4g たんぱく質 13.2g 食塩相当量 2.9g	八宝菜 A 鶏肉の照り焼き A 味噌炒め A 佃煮 A もやしのカレーソテー A・D れんこんサラダ 漬物 エネルギー 398kcal 脂質 27.0g たんぱく質 20.4g 食塩相当量 3.5g	休業日
30日 (月)	㊦㊧㊨-表示 A：小麦 B：そば C：卵 D：乳 E：落花生 F：えび G：かに ※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。				
カレーシチュー A・D・E エビフライ A・F うずら串フライ A・C チキンサラダ A・C パイン缶 大根とかにかまのサラダ ナムル 福神漬け A エネルギー 378kcal 脂質 21.9g たんぱく質 11.8g 食塩相当量 3.2g					

