

令和7年6月 献立表(一般食)

TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



2日 (月)		3日 (火)		4日 (水)		5日 (木)		6日 (金)		7日 (土)	
チリポテト A イカよせフライ A・C・D ひじき煮 A・D 野菜ソテー C 柚子和え A タレ付ミートボール A・D		スパゲティサラダ A 手作りカレーから揚げ ミニ野菜コロッケ A 大根のオイスター煮 たけのこの油炒め A ごま和え A 青かつぱ A		タしかつ A れんこんのきんぴら A おかか和え 大根サラダ A さくら漬 A		鯖の味噌煮 A・D 煮付 (花さつま) A・C 麻婆春雨 A チキンサラダ A・C 梅ザーサイ和え A ブロッコリーのソテー 他 ハンフライ献立		カラフルチンジャオロース A ベーコントマトフライ A ピリ辛サラダ A マリネ A・D もやしの黒こしょう炒め 白大根 (ゆず風味)		休業日	
エネルギー 364kcal 脂質 19.3g たんぱく質 11.8g 食塩相当量 2.7g		エネルギー 405kcal 脂質 20.6g たんぱく質 14.1g 食塩相当量 2.1g		エネルギー 357kcal 脂質 11.0g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 2.8g		エネルギー 431kcal 脂質 24.1g たんぱく質 18.7g 食塩相当量 3.2g		エネルギー 284kcal 脂質 13.8g たんぱく質 11.0g 食塩相当量 2.9g			
9日 (月)		10日 (火)		11日 (水)		12日 (木)		13日 (金)		14日 (土)	
おろしポン酢ソース A ハンバーグ A・D 豚キムチ A・F ピリ辛煮 A・D 煮びたし A つぼ漬 他 A ハンフライ献立		カレーシチュー A・D・E 白身フライ A 切昆布の煮物 A・D もやしとコーンのおひたし A 大根のかす煮 A 福神漬 A		酢豚 えびカツ A・F バンサンスー A・D 土佐和え A けんちん煮 D 赤かつぱ A		焼うどん A メンチカツ A・D 肉じゃが A・D 大根の油炒め A 翁和え A・C 細切りさくら漬 A		八宝菜 あじフィーレフライ A 切干大根の煮物 D ナムル A 南瓜サラダ A しば漬 A		休業日	
エネルギー 213kcal 脂質 9.7g たんぱく質 9.9g 食塩相当量 2.4g		エネルギー 453kcal 脂質 12.4g たんぱく質 9.5g 食塩相当量 3.6g		エネルギー 446kcal 脂質 20.6g たんぱく質 10.2g 食塩相当量 2.5g		エネルギー 315kcal 脂質 15.3g たんぱく質 8.7g 食塩相当量 2.9g		エネルギー 275kcal 脂質 16.1g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 2.5g			
16日 (月)		17日 (火)		18日 (水)		19日 (木)		20日 (金)		21日 (土)	
ジャーマンポテト D 三角春巻 A・F 厚揚げのすき焼き風煮 ピリ和え 無限こんにゃく A・D はりはり漬 A		塩焼そば A・C・D 鶏ムネ唐揚げ A・C さつま芋の甘酢炒め A・D おかか和え A 麻婆豆腐 A 青かつぱ A		ブロッコリーと鶏肉のトマト煮 D ハムカツ A おでん風 A・C・D 金平ごぼう A 若竹煮 A・C・D 白大根 (ゆず風味)		ハヤシシチュー A・C・D 目玉焼きフライ A・C 春雨サラダ A・C・G 昆布和え A 豆腐の煮物 A しば漬 A		ホイコーロー A ささみフライ A・D 野菜の含め煮 A・D マカロニソテー A 磯香煮 A・D さくら漬 A		休業日	
エネルギー 336kcal 脂質 20.1g たんぱく質 8.6g 食塩相当量 2.2g		エネルギー 359kcal 脂質 18.1g たんぱく質 13.3g 食塩相当量 2.5g		エネルギー 275kcal 脂質 11.8g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 2.3g		エネルギー 458kcal 脂質 20.1g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 3.0g		エネルギー 328kcal 脂質 16.4g たんぱく質 15.5g 食塩相当量 2.6g			
23日 (月)		24日 (火)		25日 (水)		26日 (木)		27日 (金)		28日 (土)	
あんかけ焼きそば A・C・D 白身魚の磯辺フライ A・D ジンジャーサラダ 山くらげの旨煮 A・D ブロッコリーのゴマ和え D つぼ漬 A		たれメンチカツ A・C・D さつま芋サラダ チャブチェ A 中華和え A・C こんにゃくの甘辛煮 A・D 赤かつぱ A		シーフードカレー A・D・E 紫芋コロッケ A・D 豚肉とキャベツのごま和え A 切り干し大根サラダ A・C・F・G 炒め煮 A 福神漬 A		ケチャップソース ハンバーグ A・D 大根と鶏肉のさっぱり煮 A・D チョレギサラダ風 さつま芋のそぼろ煮 A・D 白大根 (ゆず風味) 他 ハンフライ献立		あじフライ A 厚焼き玉子 A・C 手作りひじきふりかけ A・D 麻婆大根 A 生姜和え A 煮浸し はりはり漬 他 A		休業日	
エネルギー 272kcal 脂質 8.6g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 2.3g		エネルギー 360kcal 脂質 18.1g たんぱく質 9.4g 食塩相当量 3.2g		エネルギー 357kcal 脂質 21.3g たんぱく質 9.9g 食塩相当量 3.9g		エネルギー 280kcal 脂質 12.1g たんぱく質 10.0g 食塩相当量 1.4g		エネルギー 236kcal 脂質 10.6g たんぱく質 11.4g 食塩相当量 2.5g			
30日 (月)		※毎日お届けするお弁当は、食品衛生 1 時までに召し上がり下さい。 ※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。 									
ジャージャー麺 A コーンコロッケ A・C・D 中華炒め 梅生姜和え A 利久炒め A 青かつぱ A											
エネルギー 300kcal 脂質 11.8g たんぱく質 10.9g 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