

# 令和7年7月 夕飯献立表



TEL0256-63-4624

FAX0256-63-6866



|                  | 1日(火)                                                                                                     |                                                                                               | 2日(水)                                                                    |                                                                                                | 3日(木)                                                                                |                                                                                                    | 4日(金)                                                                             |                                                                                                | 5日(土) |        |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|--|
|                                                                                                  | スパゲティ和え A<br>ハンバーグ デミソース A・D<br>白身魚フライ A<br>さつま芋の韓国風炒め A<br>焼目付き餃子 A<br>フレンチサラダ A・D<br>メンマのおかか煮 A・D<br>漬物 |                                                                                               | 焼うどん A<br>枝豆コロッケ A<br>オレンジ<br>利久炒め A<br>佃煮 A<br>八幡巻き A<br>バンバンジー C<br>漬物 |                                                                                                | 酢豚 A<br>ふっくらオムレツ C<br>しゅうまい A・D<br>田舎煮 A・C・D<br>煮付(扇ふ) A・D<br>れんこん金平 A<br>ピリ和え<br>漬物 |                                                                                                    | 茹で野菜<br>南蛮漬け(あじ・鶏天) A<br>切昆布の煮物 A・D<br>煮付(絹厚揚げ) A・D<br>生姜和え A<br>ブロッコリーのソテー<br>漬物 |                                                                                                | 休業日   |        |  |
|                                                                                                  | エネルギー 569kcal 脂質 31.3g<br>たんぱく質 19.4g 食塩相当量 3.8g                                                          |                                                                                               | エネルギー 275kcal 脂質 8.7g<br>たんぱく質 9.6g 食塩相当量 4.0g                           |                                                                                                | エネルギー 371kcal 脂質 18.2g<br>たんぱく質 13.5g 食塩相当量 3.1g                                     |                                                                                                    | エネルギー 268kcal 脂質 11.2g<br>たんぱく質 14.9g 食塩相当量 2.4g                                  |                                                                                                |       |        |  |
| 7日(月)                                                                                            |                                                                                                           | 8日(火)                                                                                         |                                                                          | 9日(水)                                                                                          |                                                                                      | 10日(木)                                                                                             |                                                                                   | 11日(金)                                                                                         |       | 12日(土) |  |
| ナポリタン A・D<br>ハムカツ A<br>豆腐ナゲット A・C<br>豚キムチ A・F<br>佃煮 A<br>南瓜のそぼろ煮 A<br>漬物                         |                                                                                                           | 麻婆茄子<br>チキン竜田揚げ A・C<br>ひじき煮 A<br>煮付(丸あげ) A・D<br>白菜の土佐和え A<br>青豆サラダ A・C<br>漬物                  |                                                                          | 鯖の味噌煮 A・D<br>煮付(花さつま) A・C<br>麩のふわふわ炒め A<br>ホイコーロー A<br>チキンナゲット A・D<br>翁和え A・C<br>金平ごぼう A<br>漬物 |                                                                                      | レタス<br>白身魚のレモン和え A・C・D<br>花かまぼこ A・C<br>パイン<br>大根の甘辛煮 A・D<br>煮付(棒天) A・C・D・F<br>生姜和え A<br>肉じゃが 他 A・D |                                                                                   | 八宝菜<br>手作り唐揚げ<br>中華サラダ A・C・D<br>みかん缶<br>大学芋<br>煮付(上野生姜天) A・D<br>佃煮 A                           |       | 休業日    |  |
| エネルギー 377kcal 脂質 14.0g<br>たんぱく質 13.7g 食塩相当量 3.7g                                                 |                                                                                                           | エネルギー 343kcal 脂質 18.0g<br>たんぱく質 13.9g 食塩相当量 3.8g                                              |                                                                          | エネルギー 360kcal 脂質 16.1g<br>たんぱく質 21.0g 食塩相当量 3.1g                                               |                                                                                      | エネルギー 258kcal 脂質 9.0g<br>たんぱく質 14.6g 食塩相当量 2.4g                                                    |                                                                                   | エネルギー 441kcal 脂質 26.2g<br>たんぱく質 17.2g 食塩相当量 1.8g                                               |       |        |  |
| 14日(月)                                                                                           |                                                                                                           | 15日(火)                                                                                        |                                                                          | 16日(水)                                                                                         |                                                                                      | 17日(木)                                                                                             |                                                                                   | 18日(金)                                                                                         |       | 19日(土) |  |
| クリーム煮 A・D<br>ベーコントマトフライ A・C・D<br>切干大根の煮物 A・D<br>煮付(南瓜) A・D<br>もやしとコーンのおひたし A<br>ごまネーズサラダ C<br>漬物 |                                                                                                           | 焼魚(しおます)<br>厚焼き玉子 C<br>しゅうまい A・D<br>こんにゃくの煮物 A<br>ボロネーゼ風 A<br>煮浸し A・C<br>もやしのピリ和え<br>漬物       |                                                                          | 焼そば A・D<br>メンチカツ A・D<br>ハムステーキ<br>おでん風 A・D<br>煮付(がんも) A・D<br>長芋の醤油和え A<br>白麻婆豆腐 A<br>漬物        |                                                                                      | 豚丼風 A<br>紅生姜 A<br>ハムチーズフライ A・D<br>ミニトマト<br>水餃子 A・D<br>ユーリンチーソース<br>彩り和え A・C・D<br>利久炒め 他 A          |                                                                                   | 豆腐ハンバーグ・チキンステーキ C<br>おろしソース<br>キャベツソテー<br>野菜の含め煮 A・D<br>佃煮 A<br>無限こんにゃく A・D<br>磯香和え A<br>漬物    |       | 休業日    |  |
| エネルギー 215kcal 脂質 11.2g<br>たんぱく質 6.1g 食塩相当量 2.4g                                                  |                                                                                                           | エネルギー 312kcal 脂質 12.7g<br>たんぱく質 22.8g 食塩相当量 4.7g                                              |                                                                          | エネルギー 512kcal 脂質 27.4g<br>たんぱく質 19.9g 食塩相当量 4.5g                                               |                                                                                      | エネルギー 397kcal 脂質 21.5g<br>たんぱく質 13.6g 食塩相当量 2.8g                                                   |                                                                                   | エネルギー 302kcal 脂質 16.1g<br>たんぱく質 15.7g 食塩相当量 3.5g                                               |       |        |  |
| 21日(月)                                                                                           |                                                                                                           | 22日(火)                                                                                        |                                                                          | 23日(水)                                                                                         |                                                                                      | 24日(木)                                                                                             |                                                                                   | 25日(金)                                                                                         |       | 26日(土) |  |
| 海の日                                                                                              |                                                                                                           | 南瓜サラダ C<br>プレスハム A・D<br>あじフライ A<br>エビフライ A・F<br>ミニソース<br>煮物 A・D<br>梅大根サラダ C<br>和えもやし 他        |                                                                          | ペスカトーレ A・F<br>たこキャベツカツ A・C・D<br>ミニソース<br>キャベツの炒め物 A<br>パイン缶<br>れんこんの塩昆布炒め<br>ポトフ A・D<br>漬物     |                                                                                      | チキンカレー A・D・E<br>ローストンカツ A<br>切干大根煮 A・D<br>煮付(絹厚揚げ) A・D<br>ピリ辛もやし<br>ころころサラダ<br>福神漬 A               |                                                                                   | レタス<br>えびチリ A・C・F<br>ーロイカフライ A<br>ビーフンソテー A<br>さっぱりサラダ A・D<br>鶏肉のカシューナッツ炒め<br>佃煮 A             |       | 休業日    |  |
|                                                                                                  |                                                                                                           | エネルギー 304kcal 脂質 16.1g<br>たんぱく質 13.1g 食塩相当量 3.0g                                              |                                                                          | エネルギー 354kcal 脂質 16.1g<br>たんぱく質 14.0g 食塩相当量 3.5g                                               |                                                                                      | エネルギー 236kcal 脂質 12.0g<br>たんぱく質 8.6g 食塩相当量 3.2g                                                    |                                                                                   | エネルギー 402kcal 脂質 22.1g<br>たんぱく質 15.6g 食塩相当量 3.4g                                               |       |        |  |
| 28日(月)                                                                                           |                                                                                                           | 29日(火)                                                                                        |                                                                          | 30日(水)                                                                                         |                                                                                      | 31日(木)                                                                                             |                                                                                   | ※仕入れの都合上献立を変更する場合があります。<br>※おかずの容器は電子レンジ 対応になっています。<br>※お米は新潟県産です。<br>※ごはんは約240 g ・約427kcalです。 |       |        |  |
| サラダうどん A<br>かき揚げ A・C・D<br>天ぷら(さつまいも) A・C・D<br>天ぷら(ちくわ) A・C・D<br>こんにゃくサラダ A・D<br>チンジャオロース A<br>漬物 |                                                                                                           | せんキャベツ<br>チキンカツ A・D<br>ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G<br>ミニソース<br>麻婆大根 A<br>佃煮 A<br>長芋の梅肉和え A<br>ザーサイ和え 他 A |                                                                          | 鯖の塩焼き<br>南瓜の天ぷら A・C・D<br>コロッケ A・C・D<br>中華炒め A・C<br>和え物 A・C・G<br>煮付(絹厚揚げ) A・D<br>漬物             |                                                                                      | 塩焼そば A・D<br>タンドリーチキン<br>洋風肉じゃが<br>漬物<br>彩り和え A・C・D<br>ブロッコリーのマリネ A・D<br>佃煮 A                       |                                                                                   |                                                                                                |       |        |  |
| エネルギー 338kcal 脂質 13.7g<br>たんぱく質 10.1g 食塩相当量 3.4g                                                 |                                                                                                           | エネルギー 259kcal 脂質 12.3g<br>たんぱく質 11.1g 食塩相当量 3.2g                                              |                                                                          | エネルギー 359kcal 脂質 21.2g<br>たんぱく質 17.5g 食塩相当量 2.8g                                               |                                                                                      | エネルギー 322kcal 脂質 17.0g<br>たんぱく質 16.3g 食塩相当量 4.7g                                                   |                                                                                   |                                                                                                |       |        |  |

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