

令和7年7月 献立表(特食)



TEL0256-63-4624

FAX0256-63-6866



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
	焼肉炒め A あじフィーレフライ A にら饅頭 A おでん風 A・C・D 中華和え A・C 若竹煮 A・D 千切りさくら漬 A 味付ザーサイ A エネルギー 355kcal 脂質 11.9g たんぱく質 16.2g 食塩相当量 2.8g	付) 干キャベツ 油淋鶏 A・C 海鮮えび入りオクラ包み A・F オイスター煮 おかか和え 無限こんにやく A・D しば漬 畑のビーフ A エネルギー 459kcal 脂質 21.0g たんぱく質 17.3g 食塩相当量 3.0g	ハヤシシチュー A・D 目玉焼きフライハーフ A・C ふんわり豆腐ナゲツ A・D ピリ辛サラダ A・D 生姜和え A 甘辛煮 A・D つぼ漬 A 煮付(丸あげ) A・D エネルギー 406kcal 脂質 20.7g たんぱく質 12.3g 食塩相当量 3.7g	リヨネーズポテト A・C・D ベーコン粒マスタードフライ A・D 揚げぎょーざ A・D ごま和え A 金平ごぼう A 生姜煮 A・D 赤かっぱ A タレ付ミートボール A・D エネルギー 509kcal 脂質 20.4g たんぱく質 15.1g 食塩相当量 2.6g	休業日
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
カラフルチンジャオロース A イカよせフライ A・C・D 竹輪の磯辺揚げ A・C・D さっぱり煮 A・D ザーサイ和え A 黒こしょう炒め さくら漬 A 煮付(玉ねぎさつま) A・D エネルギー 399kcal 脂質 20.0g たんぱく質 18.2g 食塩相当量 3.8g	焼そば A・C・D ハムステーキ あぶり焼きチキンステーキ塩 肉じゃが 切り干し大根サラダ A 煮浸し 他 ハンフライ献立 エネルギー 421kcal 脂質 18.1g たんぱく質 23.8g 食塩相当量 3.4g	酢豚 白身フライ A うずら串フライ A・C バンサンスー A・D 油炒め A 沢庵和え A 煮付(がんも) A・D パイン缶 エネルギー 483kcal 脂質 28.3g たんぱく質 16.0g 食塩相当量 2.9g	チキンカレー A・D・E 野菜コロッケ A・C・D ビック海鮮しゅうまい F・G 切干大根煮 ゴーヤとちくわの炒め物 A・C ごま和え A 福神漬 A 梅ごぼう A・D エネルギー 438kcal 脂質 12.1g たんぱく質 12.3g 食塩相当量 3.5g	ラタトゥイユ ハムチーズフライ A・D チキンナゲット A・D 切昆布の煮物 A・D もやしとコーンのおひたし A 炒め煮 A 白大根(ゆず風味) 煮付(チキンボール) A・C・D エネルギー 356kcal 脂質 17.5g たんぱく質 12.0g 食塩相当量 3.2g	休業日
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
せんキャベツ ハンバーグ A・D 照り焼きソース A・D プレーンオムレツ C イカチリ A・D ピリ辛煮 A・D かす煮 A しば漬 他 エネルギー 301kcal 脂質 20.9g たんぱく質 18.6g 食塩相当量 3.2g	八宝菜 えびカツ A・F ウインナーフライ A・C・D 春雨サラダ A・C・F・G ツナとオクラの和え物 ブロッコリーのソテー つぼ漬 A こんにやく煮付 A・D エネルギー 397kcal 脂質 15.8g たんぱく質 13.1g 食塩相当量 2.9g	ペスカトーレ A・F ささみチーズフライ A・D ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G 麻婆大根 A ナムル A 油炒め 赤かっぱ A 煮付(扇ふ) A・D エネルギー 376kcal 脂質 15.6g たんぱく質 19.1g 食塩相当量 2.4g	さばの味噌煮 A・D 煮付(しいたけ) A・D ホイコーロー A 三角春巻 A・F ミニ納豆 A 翁和え A・C 細切りさくら漬 A おかず生姜 A エネルギー 464kcal 脂質 17.9g たんぱく質 22.4g 食塩相当量 2.8g	せんキャベツ タレかつ A・D ひじき煮 A ビーフンソテー A 利久炒め A 青かっぱ A ピリッカラからしみそ A エネルギー 356kcal 脂質 14.0g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 3.6g	休業日
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
海の日	麻婆春雨 A 鶏の唐揚げ A・C れんこんのきんぴら A 酢の物 A・C・F・G ピリ辛炒め A 細切り大根漬 A 梅干し 茶花豆 エネルギー 337kcal 脂質 20.1g たんぱく質 12.7g 食塩相当量 2.7	せんキャベツ メンチカツのごまソースかけ A・D 揚げ豆腐となすの揚げ浸し A・D 花かまぼこ A・C 大根の炒め煮 ブロッコリーのマリネ A・D さくら漬 A 穂先メンマ エネルギー 391kcal 脂質 20.2g たんぱく質 11.6g 食塩相当量 3.0g	イタリアン風 A 白身魚磯辺フライ A・D 南瓜天ぷら A・C・D ピリ辛炒め A 甘酢和え A 豆腐と枝豆の煮物 A・D 白大根(ゆず風味) 手作りひじきふりかけ A・D エネルギー 342kcal 脂質 12.2g たんぱく質 13.7g 食塩相当量 2.5g	シンジャーマンポテト A ピーマン肉詰めフライ A・C ミニ野菜春巻 A 厚揚げのすき焼き風 D チキンサラダ C ピリ辛和え はりはり漬 A 鮭フレーク エネルギー 442kcal 脂質 20.7g たんぱく質 12.7g 食塩相当量 3.1g	休業日
28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	※毎日お届けするお弁当は、 食品衛生 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150g・234Kcal、並盛240g・374kcalです。	
あじフライ A ミニソース せんキャベツ エビフライ A・F チャプチェ A フレンチサラダ A 磯香煮 A・D しば漬 他 エネルギー 305kcal 脂質 11.7g たんぱく質 14.3g 食塩相当量 3.7g	スパゲティ和え A ハンバーグ A・D デミソース 目玉風オムレツ C・D シーフード炒め A キャベツとカニ蒲鉾の酢の物 他 A・C・G ハンフライ献立 エネルギー 325kcal 脂質 10.7g たんぱく質 15.9g 食塩相当量 3.5g	挽肉カレー A・D・E かにクリームコロッケ A・C・D・G 枝豆しゅうまい A・D わかめドレッシング A・D マカロニソテー A ごま和え A 福神漬 A 煮付(焼竹輪) A・C・D エネルギー 471kcal 脂質 18.7g たんぱく質 14.3g 食塩相当量 3.5g	ブロッコリーのチリソース炒め F ジューシーメンチかつ A・C・D ポークウインナー シンジャースラダ A・D 山くらげの旨煮 A・D 麻婆豆腐 A 赤かっぱ A しそ昆布 A エネルギー 385kcal 脂質 16.5g たんぱく質 15.2g 食塩相当量 3.0g		

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