

令和7年9月 献立表(特食)



TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日 (金)	6日 (土)
ホイコーロー A ハムチーズフライ A・C・D たけのこしゅうまい A・D ピリ辛サラダ A・C 大根の油炒め A 豆腐かにあんかけ A 煮付 (焼竹輪) A・C・D つぼ漬 A エネルギー 306kcal 脂質 16.6g たんばく質 12.7g 食塩相当量 3.6g	ひき肉カレー A・D・E かにクリームコロッケ A・C・D・G オムレツ C チキンサラダ A・C メンマのピリ辛煮 A・D 翁和え A・C 福神漬 A スープ煮 エネルギー 453kcal 脂質 20.2g たんばく質 13.0g 食塩相当量 3.3g	チリポテト A・D 手羽元あぶり焼 ミニ野菜春巻 A 大根のオイスター煮 ザーサイ和え A 大豆とひじきの磯香煮 A・D 白大根 (ゆず風味) 煮付 (揚げボール) A・D エネルギー 512kcal 脂質 20.7g たんばく質 19.9g 食塩相当量 3.6g	八宝菜 白身磯辺フライ A・D にら饅頭 A チャブチェ A もやしとコーンのおひたし A けんちん煮 D さくら漬 A 煮付 (しいたけ) A・D エネルギー 313kcal 脂質 13.9g たんばく質 13.1g 食塩相当量 3.2g	ハヤシシチュー A・D 粒マスタードフライ A ふんわり豆腐ナゲット A・D 厚揚げのすき焼き風 D ピリ和え 無限こんにゃく A・D しば漬 おかずしょうが A エネルギー 406kcal 脂質 20.4g たんばく質 12.3g 食塩相当量 3.5g	休業日
8日 (月)	9日 (火)	10日 (水)	11日 (木)	12日 (金)	13日 (土)
豚肉とピーマンのケチャップ炒め A・C・D 三角春巻 A・F 厚焼き玉子 A・C 大根と鶏肉のさっぱり煮 A・D しょうゆフレンチサラダ A・D 炒め煮 A・D はりはり漬 A こんにゃく煮付 A・D エネルギー 397kcal 脂質 20.5g たんばく質 12.7g 食塩相当量 3.1g	鶏ムネから揚げ ビッグ海鮮シューマイ A・D・G パンプキンサラダ C パンサンスー A・D 土佐和え A 白麻婆豆腐 煮付 (がんも) A・D 白大根 (ゆず風味) エネルギー 524kcal 脂質 34.8g たんばく質 21.0g 食塩相当量 3.3g	焼肉炒め A ミニ野菜コロッケ A ピーマン肉詰めフライ A・C 切干大根煮物 D 生姜和え A ブロッコリーのマリネ A・D 赤かっぱ A 昆布豆 A エネルギー 362kcal 脂質 20.6g たんばく質 15.8g 食塩相当量 1.7g	スパゲティ和え A 洋風かつどん A エビフライ A・F メンチカツ A・D 麻婆大根 A キャベツとカニカマの酢の物 G 油炒め A 青かっぱ 他 A エネルギー 433kcal 脂質 19.6g たんばく質 17.6g 食塩相当量 3.6g	なすの味噌炒め A・D 味噌干あじフィレーごまフライ A 竹輪の磯辺揚げ A・C・D 切昆布の煮物 A・D れんこんのサラダ C・D 黒胡椒炒め 千切さくら漬 A 煮付 (たこ入さつま揚げ) A・C・D エネルギー 345kcal 脂質 17.4g たんばく質 15.8g 食塩相当量 2.8g	休業日
15日 (月)	16日 (火)	17日 (水)	18日 (木)	19日 (金)	20日 (土)
敬老の日	麻婆春雨 A ささみチーズフライ A・D ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G おでん風 A・C・D キャベツソテー C 若竹煮 A・D つぼ漬 A 煮付 (扇ふ) A・D エネルギー 318kcal 脂質 12.0g たんばく質 15.4g 食塩相当量 3.3g	ブロッコリーと鶏肉のトマト煮 A あじフライ A ミニソース 絹厚揚げとなすの揚げ浸し A・D 山くらげの旨煮 A・D 梅肉和え A 白大根 (ゆず風味) 手作りひじきふりかけ A・D エネルギー 378kcal 脂質 12.1g たんばく質 14.1g 食塩相当量 2.4g	焼うどん A ハムカツ A ミニコーンコロッケ A・D 豚キムチ A・F 金平ごぼう A さつま芋のそぼろ煮 A・D 青かっぱ A 手作りあさり佃煮 A・D エネルギー 413kcal 脂質 16.0g たんばく質 15.2g 食塩相当量 3.1g	カラフルチンジャオロース A いかよせフライ A ウインナーフライ A ジンジャーサラダ A・D 酢の物 A 煮びたし A・D タレ付ミートボール A・D しば漬 エネルギー 329kcal 脂質 12.4g たんばく質 16.6g 食塩相当量 3.4g	休業日
22日 (月)	23日 (火)	24日 (水)	25日 (木)	26日 (金)	27日 (土)
マカロニソテー A ハンバーグ A・D 南瓜の天ぷら A・C・D 照焼のたれ A ひじき煮 A・D 大根とあさりの炒め物 A・D おかか和え A さくら漬 A エネルギー 282kcal 脂質 11.2g たんばく質 13.0g 食塩相当量 2.4g	秋分の日	シーフードカレー A・D・E 目玉焼フライ C・D チキンナゲット A・D カニカマ入り春雨サラダ A・C・F・G もやしのナムル A 利久炒め A 福神漬 A 茶花豆 エネルギー 412kcal 脂質 20.1g たんばく質 10.3g 食塩相当量 3.8g	ソース焼そば A・C・D ハムステーキ えびカツ A・F 麻婆茄子 肉じゃが A・D 梅大根サラダ C 赤かっぱ A 穂先メンマ エネルギー 364kcal 脂質 14.9g たんばく質 18.5g 食塩相当量 3.3g	鶏肉のレモンから揚げ A・C・D 揚げ餃子 A・D さつま芋サラダ C・D 中華炒め A たけのこの油炒め A 大根のかす煮 A はりはり漬 A しそ昆布 A エネルギー 408kcal 脂質 19.6g たんばく質 21.2g 食塩相当量 3.6g	クリーム煮 A・D ジュシーメンチかつ A・C・D ささみ磯辺フライ A・D れんこん金平 A マカロニソテー A ごま和え A つぼ漬 A ピリッカラからしみそ A エネルギー 419kcal 脂質 20.3g たんばく質 19.6g 食塩相当量 4.1g
29日 (月)	30日 (火)	※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。 お知らせ 来月から炊き込みごはんの お届けが始まります(〇)/ お楽しみに♪			
リョネーズポテト A・C 白身フライ A あらびきウインナー オイスターソース炒め 中華和え A・C コールスロー A・D 千切さくら漬 A みかん缶 エネルギー 405kcal 脂質 20.4g たんばく質 12.4g 食塩相当量 2.7g	せんキャベツ タレかつ A・D いかフライのチリソースかけ A・C・D さつま芋と根菜の甘酢炒め A 切り干し大根サラダ A・C ピリ辛もやし しば漬 煮付 (紅葉しんじょう) A・C・D エネルギー 546kcal 脂質 20.4g たんばく質 16.9g 食塩相当量 3.9g				

アルファ表示) A：小麦 B：そば C：卵 D：乳 E：落花生 F：えび G：かに