

# 令和7年10月 献立表(特食)



TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



※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。

1日(水)		2日(木)		3日(金)		4日(土)																																				
焼肉 A	三角春巻 A・F	ふんわり豆腐ナゲット A・D	味噌煮 A	和え物 A	油炒め A	つぼ漬 A	煮付(しいたけ) A・D	八宝菜	シューシーメンチかつ A・C・D	ウイナーフライ A	わかめドレッシング A・D	金平ごぼう A	豆腐の煮物 A	青かっぱ A	煮付(焼竹輪) A・C・D	ハヤシシチュー A・D	紫芋ロケ A・C・D	厚焼き玉子 A・C	なすの生姜炒め A・D	土佐和え	フロッコリーツナごま和え D	白大根(ゆず風味)	さつま揚げの煮付 A・D	<b>休業日</b>																		
エネルギー 295kcal	脂質 17.1g	たんぱく質 13.0g	食塩相当量 2.8g	エネルギー 417kcal	脂質 20.0g	たんぱく質 16.4g	食塩相当量 3.5g	エネルギー 435kcal	脂質 13.5g	たんぱく質 12.5g	食塩相当量 3.9g																															
6日(月)		7日(火)		8日(水)		9日(木)		10日(金)		11日(土)		<b>休業日</b>																														
麻婆春雨 A	たけのこしゅうまい A・D	かき揚げ A・C・D	含め煮 A・D	中華炒め A・C	おひたし A	はりはり漬 A	鮭フレーク	豚丼風 A	イカよせフライ A	ごまさつまフライ A	ひじき煮 A			もやしとコーンのおひたし A	カレー炒め A	さくら漬 A	タレ付ミートボール A・D	スパゲティ和え A	ハンバーグのケチャップソースかけ A・D	うずら串フライ A・C	厚揚げのすき焼き風 D	油炒め A	ごま和え A	赤かっぱ A	穂先メンマ	パンプキンサラダ C	鶏ムネから揚げ A・C	豚キムチ A・F	煮びたし A・D	青かっぱ A	水餃子の油淋鶏ソースかけ A・D	煮付(扇麩) A・D	塩焼そば A・C・D	ハムステーキ	手羽元あぶり焼き	大根のオイスター煮	ザーサイ和え A	こんにゃくの甘辛煮 他 A・D				
エネルギー 294kcal	脂質 10.8g	たんぱく質 11.2g	食塩相当量 2.9g	エネルギー 391kcal	脂質 22.2g	たんぱく質 15.3g	食塩相当量 2.6g	エネルギー 435kcal	脂質 20.7g	たんぱく質 20.1g	食塩相当量 2.5g	エネルギー 465kcal	脂質 20.6g	たんぱく質 13.1g	食塩相当量 2.2g	エネルギー 304kcal	脂質 14.4g	たんぱく質 16.6g	食塩相当量 3.7g																							
13日(月)		14日(火)		15日(水)		16日(木)		17日(金)		18日(土)		<b>休業日</b>																														
<b>スポーツの日</b>		酢豚	目玉焼きフライ A・C	チキンナゲット A	おでん風 A・C・D	レッドホットもやし A	沢庵和え A	煮付(がんも) A・D	手作りあさり佃煮 A・D	あじフライ A	ビッグ海鮮しゅうまい A・D・G			ミニソース	ツナサラダ A	チャプチェ A	山くらげの旨煮 他 A	山菜ごはん	ホイコーロー A	ささみチーズフライ A・D	揚げぎょうざ A・D	肉じゃが A・D	切り干しの大根サラダ A・D	若竹煮 A・D	白大根(ゆず風味)	こんにゃく煮付 A・D	チキンカレー A・D・E	あらびきウイナー	白身フライ A	マリネ A・D	マカロニソテー A	生姜煮 A・D	福神漬 A	昆布豆 A	シンジャーマンポテト A	かにクリーミーコロケ A・C・D・G	ミニ野菜春巻 A	切昆布の煮物 A・C・D	厚揚げのオイスター炒め	おかか和え	細切り大根漬 A	みかん缶
		エネルギー 418kcal	脂質 21.0g	たんぱく質 18.8g	食塩相当量 4.0g	エネルギー 407kcal	脂質 17.6g	たんぱく質 13.7g	食塩相当量 4.3g	エネルギー 386kcal	脂質 20.5g	たんぱく質 15.3g	食塩相当量 2.7g	エネルギー 489kcal	脂質 16.8g	たんぱく質 15.9g	食塩相当量 3.5g	エネルギー 401kcal	脂質 20.9g	たんぱく質 10.7g	食塩相当量 3.6g																					
20日(月)		21日(火)		22日(水)		23日(木)		24日(金)		25日(土)		<b>休業日</b>																														
ペスカトール A・D・F	メンチカツ A・D	チーズ包み揚げ A・C・D	中華炒め A	塩昆布和え	けんちん煮 D	青かっぱ A	しそ昆布 A	せんきゃべつ	手作りチキン南蛮 C	プチイカフライ A	切干大根の煮物 A・D			フレンチサラダ A	麻婆豆腐 A	しば漬	茶花豆	クリーム煮 A・D	粒マスタードフライ A	竹輪の磯辺揚げ A・C・D	さつま芋とれんこんの甘酢炒め A	ピリ辛和え	無限こんにゃく A・D	はりはり漬 A	絹厚揚げの煮付 A・D	カラフルチンジャオロース A	味醂干あじフィレーごまフライ A	南瓜の天ぷら	れんこんきんぴら A	梅生姜和え A	磯香煮 A・D	白大根(ゆず風味)	ピリッカラからしみそ A	せんきゃべつ	ハンバーグ A・D	照焼ソース A	オムレツ C	ポトフ(ロールキャベツ・人参・大根) A	チキンサラダ 他 A・C			
エネルギー 311kcal	脂質 13.2g	たんぱく質 14.6g	食塩相当量 3.6g	エネルギー 512kcal	脂質 30.2g	たんぱく質 23.2g	食塩相当量 2.3g	エネルギー 403kcal	脂質 13.7g	たんぱく質 13.4g	食塩相当量 3.8g	エネルギー 427kcal	脂質 20.4g	たんぱく質 16.1g	食塩相当量 3.4g	エネルギー 301kcal	脂質 12.8g	たんぱく質 13.0g	食塩相当量 3.6g																							
27日(月)		28日(火)		29日(水)		30日(木)		31日(金)		<b>休業日</b>																																
鶏ちゃん炒め A	白身フライ A	にら饅頭 A	さっぱり煮 A・D	えびチリ A・C・F	油炒め A	さくら漬 A	のり佃煮 A	ポークカレー A・D・E	ミニ野菜コロケ A			豚串カツ A・C・D	カニカマ入り春雨サラダ A・C・F・G	大根とあさりの炒め物 A・D	フロッコリーのソテー A・D	福神漬 A	白揚げ紅生姜の煮付 A・D	ちゃんぽんうどん A・C・D	ハムカツ A	ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G	麻婆大根 A	酢の物 A	炒め煮 A・D	細切り大根漬 A	煮付(花さつま) A・C	リョネーズポテト A・C	一口ささみ磯辺フライ A・D	えびカツ A・F	おからの煮物 A	ふきの梅おかか和え A	利久炒め 他 A	かつ丼風 A・C・D	エビフライ A・F	花かまぼこ A・C	切り干し大根の焼そば風 A・C	生姜和え A	さつま芋のそぼろ煮 A・D	はりはり漬 A	煮付(玉ねぎさつま) A・D			
エネルギー 352kcal	脂質 15.8g	たんぱく質 15.5g	食塩相当量 2.3g	エネルギー 489kcal	脂質 20.4g	たんぱく質 14.7g	食塩相当量 4.2g	エネルギー 359kcal	脂質 12.0g	たんぱく質 12.3g	食塩相当量 3.3g	エネルギー 520kcal	脂質 20.4g	たんぱく質 15.7g	食塩相当量 3.2g	エネルギー 424kcal	脂質 17.8g	たんぱく質 17.8g	食塩相当量 3.5g																							

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

今月から炊き込みごはんのお届けが始まります(〇)/  
普段おかずだけのお客様も是非ご注文ください(〇)

