

令和8年6月 夕飯献立表



TEL0256-63-4624

FAX0256-63-6866

1日 (月)		2日 (火)		3日 (水)		4日 (木)		5日 (金)		6日 (土)	
さばの味噌煮 煮付 (丸あげ・大根) ペパロンソテー にら饅頭 のり和え メンマのピリ辛煮 漬物	A・D A・D A・D A A A・D A	ニラレバ炒め ジューシーメンチかつ バンサンスー みかん缶 無限こんにゃく ナムル 漬物	A A・C・D A・D A A・D A	甘酢あんかけ 揚げ出し豆腐・鶏天 花かまぼこ・揚げナス 大根のそぼろ煮 佃煮 サラダ ブロッコリーソテー 漬物	A A A・C A A・F・G C	ソース焼そば 粒マスタードフライ 厚焼き玉子 さつま芋の韓国風炒め 焼目付き餃子 和え物 ポトフ 漬物	A・D A・C・D A・C A A A	カレーシチュー チキンカツ 切干大根煮物 煮付 (ごぼう巻) 生姜和え 青豆サラダ 福神漬け	A・D・E A・D D A・C・D・F A A・C A	休業日	
エネルギー 380kcal 脂質 20.2g たんぱく質 18.1g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 349kcal 脂質 20.1g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 454kcal 脂質 20.7g たんぱく質 19.1g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 407kcal 脂質 20.9g たんぱく質 11.4g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 360kcal 脂質 20.0g たんぱく質 12.4g 食塩相当量 3.4g							
8日 (月)		9日 (火)		10日 (水)		11日 (木)		12日 (金)		13日 (土)	
キャベツソテー とんかつ うすら串フライ、ミニソース ひじき煮 煮付 (がんも) 大根サラダ 甘酢和え 漬物	A A A・C A A・D A・D A	豚肉とごぼうの旨煮 煮付 (しいたけ) 煮付 (焼き豆腐) 利久炒め 佃煮 和え物 メンマのおかか煮 漬物	A・D A・D A A A・F・G A A・D	チンジャオロース サーモンフライ 中華サラダ パイン缶 あっさり漬 ピリ辛和え 佃煮	A A・C A・D A A A・F・G	鶏肉のみそ炒め 手羽元あぶり焼き 竹輪のカレー揚げ 大根の煮物 煮付 (扇ふ) れんこんのサラダ 和え物 漬物	D A・C・D A・D A・D A	海鮮炒め 特製春巻き 豆腐ナゲット 切昆布の煮物 煮付 (玉こん) ザーサイ和え ピリ辛炒め 漬物	A A・D A・C・D A・D A	休業日	
エネルギー 364kcal 脂質 20.1g たんぱく質 14.9g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 281kcal 脂質 15.4g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 295kcal 脂質 18.7g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 293kcal 脂質 15.8g たんぱく質 19.2g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 427kcal 脂質 20.0g たんぱく質 13.9g 食塩相当量 3.0g							
15日 (月)		16日 (火)		17日 (水)		18日 (木)		19日 (金)		20日 (土)	
豚丼風 紅生姜 紫芋コロッケ 田舎煮 マリネ 和え物 漬物	A A A・C・D A・C・D A・D A	焼き鳥風 たこキャベツカツ 帆立風味フライ チャブチェ 煮付 (絹厚揚げ) 和え物 コールスロー 漬物	A A A・C・G A A・D A	酢豚 三角春巻 ウインナーフライ 野菜炒め 佃煮 金平ごぼう ブロッコリーサラダ 漬物	A・F A・C・D A・D A・F・G A	麻婆茄子 チキン竜田揚げ チキンサラダ かぼちゃの大学芋風 ナムル 漬物	A・C A・C A	ブルコギ風焼うどん ハムカツ 南瓜天ぷら 大根のかす煮 こんにゃく煮付 いんげんのごま和え バンバンジー 漬物	A A A・C・D A A・D A C	休業日	
エネルギー 361kcal 脂質 20.3g たんぱく質 12.3g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 501kcal 脂質 20.3g たんぱく質 20.4g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 485kcal 脂質 20.5g たんぱく質 17.7g 食塩相当量 2.4g	エネルギー 397kcal 脂質 12.7g たんぱく質 10.0g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 406kcal 脂質 20.5g たんぱく質 18.5g 食塩相当量 3.2g							
22日 (月)		23日 (火)		24日 (水)		25日 (木)		26日 (金)		27日 (土)	
キャベツソテー あじフライ えびフライ ミニソース 豚キムチ 佃煮 大根ドレッシング ごまあえ 他	A A A・C・F A A・F A・F・G A・D A	豚肉の生姜焼き えびカツ チキンナゲット バンサンスー 黄桃缶 野菜ソテー ツナ和え 漬物	A A・F A・D A・D A A・C	スパゲティ和え ハンバーグきのこデミソースかけ チキンステーキ 含め煮 佃煮 彩り和え ごぼうサラダ 漬物	A A・D A A・D A・F・G A・C・D A・D	鶏肉のバーベキューソース炒め イカよせフライ たけのこしゅうまい 厚揚げのすき焼き風 煮付 (玉ねぎさつま) 梅和え 黒胡椒炒め 漬物	A A A・D A A・D A	クリーム煮 白身フライ ミニ野菜春巻 切り干し大根サラダ 佃煮 煮びたし れんこんの炒め物 漬物	A・D A A A・D A・F・G A・D A・C	休業日	
エネルギー 330kcal 脂質 16.4g たんぱく質 14.7g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 401kcal 脂質 20.8g たんぱく質 14.1g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 366kcal 脂質 20.7g たんぱく質 22.2g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 491kcal 脂質 20.8g たんぱく質 22.5g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 387kcal 脂質 11.3g たんぱく質 11.1g 食塩相当量 2.2g							
29日 (月)		30日 (火)		<div style="border: 2px dashed red; padding: 10px;"> <p>※仕入れの都合上献立を変更する場合があります。</p> <p>※おかずの容器は電子レンジ対応になっています。</p> <p>※お米は新潟県産です。※ごはんは約240g・約427kcalです。</p> <p>※当日の変更は10時までにはお願いします。</p> </div>							
茹で野菜 白身魚の薬味ソース 花かまぼこ 水餃子 中華炒め 佃煮 土佐和え 鶏肉のカシューナッツ炒め 他	A・C・D A・C A・D A A A・F・G A	ナスの甘辛炒め ささみチーズフライ 海鮮シュウマイ おでん風 煮付 (結び昆布) ザーサイ和え 南瓜のそぼろ煮 漬物	A・D A・D A・D A・C・D A・D A A								

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