

# 献立表

2024年 4月

《毎日のカロリー（kcal）は上弁おかずで計算しております。ライスは、444kcalです。》

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1 425kcal 2.8g	2 493kcal 2.6g	3 311kcal 2.6g	4 448kcal 3.5g	5 370kcal 1.6g	6 293kcal 2.2g
						
並	白飯 梅ササミフライ・エビフライ	白飯 回鍋肉・チリ春巻き	白飯 鯡南蛮	白飯 豚のペッパー焼き	白飯 チーズタッカルビ・たこベジカツ	白飯 豆腐の餅とじ・おきつとチーズの包み揚げ
当	豆サラダ	春雨サラダ	ブロッコリーおおかか和え	ひじき煮	ほうれん草胡麻和え	ツナマヨサラダ
上	たこ八	紅白花形さつま	チョリソー	笹かま二色天	両巻き信田巻き	海苔巻きチキン
特	並+ 茄子の甘辛炒め	並+ メンマ炒め	並+ 肉豆腐	並+ きゅうりの中華和え	並+ こんにゃく甘辛煮	並+ えびスパイシー炒め
	上+ ぶろふき大根・柚子味噌	上+ えびのベシヤメルコロッケ	上+ かこ玉	上+ 鶏の胡麻味噌焼き	上+ 水餃子	上+ 白身魚のムニエル
	8 349kcal 1.5g	9 420kcal 3.8g	10 371kcal 3.7g	11 349kcal 3.7g	12 438kcal 1.8g	13 372kcal 3.1g
						
並	白飯 ハンバーグ・ジャリアビンソース	白飯 ヤンニョムチキン	白飯 茄子と鶏の中華炒め・えびしそカツ	白飯 鯖の竜田揚げ・おろしポン酢	白飯 豚のカルビ焼き風	白飯 チキンハヤシ・オムレツ
当	いんげんおひたし	れんこんマヨサラダ	小松菜煮びたし	切干大根煮	ねばねばサラダ	ツナ大根
上	たけのこ天ぷら	お魚厚揚げ煮	生姜天	厚焼き卵	揚げだし豆腐	れんこん饅頭
特	並+ 魚ニソナボリタン	並+ もやし香味炒め	並+ ジャガイモワインナーカレー炒め	並+ 菜の花白和え	並+ いかチンジャオ風	並+ きのこガリバタ炒め
	上+ クラムチャウダー	上+ 牛井風	上+ 鮭のちゃんちゃん焼き	上+ トンテキ	上+ ホッケの一味焼き	上+ かぼちマカロニグラタン
	15 415kcal 2.2g	16 426kcal 1.1g	17 349kcal 1.1g	18 253kcal 2.6g	19 443kcal 2.1g	20 410kcal 3.2g
						
並	白飯 豚の辛みそ焼き・チヂミ	白飯 チキンカツ・ヒレカツ	白飯 白身魚の中華あんかけ	白飯 チキンカレー・筍コロッケ	白飯 豚大根・イカリングフライ	白飯 酢鶏
当	もやしナムル	スパサラダ	五目煮豆	ほうれん草海苔和え	コーンサラダ	わかめ中華サラダ
上	花がんも	卵ロール	かに焼売	味付けめかぶちゃん	里芋味噌煮	パンブキンキッシュ
特	並+ ちくわの照り炒め	並+ たけのこ土佐煮	並+ にら玉炒め	並+ 白菜とさつま揚げの炒め物	並+ 厚揚げキムチ炒め	並+ チンゲン菜塩炒め
	上+ 海鮮バジル炒め	上+ 厚揚げ角煮風	上+ ビーマン肉詰め	上+ たこマリネ	上+ 赤魚の煮つけ	上+ はんぺんツナマヨ焼き
	22 392kcal 3.8g	23 349kcal 3.8g	24 286kcal 2.2g	25 381kcal 3.2g	26 429kcal 3.5g	27 486kcal 2.2g
						
並	白飯 豚のネギ塩焼き・つくね焼き	白飯 鶏の照りたま炒め・クリームフライ	白飯 麻婆豆腐・餃子	白飯 鶏の唐揚げ	白飯 アジフライ・タルタルソース	白飯 ガパオ風・目玉焼き
当	菜の花おかか和え	きんぴらごぼう	焼きビーフン	ポテトサラダ	切昆布煮	サツマイモサラダ
上	もろこしさつま	ロールキャベツ・トマト煮	たこザンギ	ミニ串天	肉団子	大判肉包み
特	並+ 糸コンとしめじのピリ辛炒め	並+ アスパラベーコン	並+ 山芋と蒸し鶏の梅おかか和え	並+ いかと青菜のソテー	並+ ちくわときゅうりの明太和え	並+ れんこん胡麻醤油炒め
	上+ 鰯の柚子胡椒揚げ	上+ エビチリ	上+ ハムエッグ	上+ 鯖の煮つけ	上+ 牛肉オイスター炒め	上+ チーズ春巻き
	29 昭和日本	30 471kcal 3.1g				
						
並		白飯 鶏のレモンペッパー焼き・海鮮串フライ				
当		マカロニサラダ				
上		茶わん蒸し				
特		並+ 青菜ベーコン卵炒め				
		上+ いかと天根の煮物				

※ 仕入れの都合により多少の変更のある事をご容赦下さい。ご予算に応じて、ご希望による調整を致しますのでご連絡下さい。

※ 前日の予約にご協力下さい。尚、変更及び当日注文は午前9時20分で締め切らせて頂きます。

※ 旅行・レジャー・会議・グループ集会等の際は、是非当社のお弁当・お料理・オードブルをご利用下さい。

※ 品質保証は当日午後一時までと致します。お早めにお召し上がり下さい。

※ 当社休業日 日曜日・祝祭日

当社は国産米100%を使用しています