

献立表

2025年 11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 275kcal 11.7g
						
並 弁 当 上						白飯 チキンステーキ・和風ソース いんげんコーン マカロニグラタン 並+ もやし旨塩炒め
	3	4 450kcal 3.1g	5 308kcal 3.0g	6 490kcal 2.1g	7 366kcal 2.9g	8 419kcal 1.7g
						
並 弁 当 上	文化の日	白飯 チンジャオロース・春巻き 春雨サラダ かにちらし 並+ 魚ニゾ和風炒め	白飯 鮭の唐揚げ・おろしポン酢 ほうれん草おかか和え 焼売 並+ きのこ和風炒め	白飯 チキンカツ・ヒレカツ ひじきサラダ 両巻き信田 並+ ラタトゥイユ	白飯 鶏の唐揚げ・BBQソース 温野菜サラダ ツナマヨオムレツ 並+ いかガーリック炒め	白飯 おろしメンチカツ ポキ風サラダ かぼちゃ煮 並+ ウインナーカレー炒め
	10 325kcal 3.0g	11 426kcal 1.5g	12 277kcal 1.8g	13 448kcal 2.2g	14 387kcal 2.9g	15 440kcal 2.4g
						
並 弁 当 上	白飯 キーマカレー・コロケ スバサラダ 味付きめかぶちゃん 並+ アスパラバター醤油	白飯 豚の生姜焼き れんこんきんぴら チーズ焼きかまぼこ 並+ キムチメンマ	白飯 白身魚の油淋鶏 小松菜おひたし 肉団子 並+ 蒸し鶏サラダ	白飯 イカフライ・ハムカツ ブロッコリー胡麻和え 餅巾着 並+ 肉豆腐	白飯 目玉焼きハンバーグ コールスローサラダ 蒲焼コロケ 並+ 花野菜ペペロンソテー	白飯 豚の竜田揚げ・甘辛だれ 白菜おかか和え キャベツ焼き 並+ ジャガイモ味噌バター炒め
	17 262kcal 2.9g	18 312kcal 3.2g	19 381kcal 3.1g	20 353kcal 1.6g	21 314kcal 2.3g	22 452kcal 3.7g
						
並 弁 当 上	白飯 八宝菜・チヂミ もやし和え物 茶わん蒸し 並+ 茄子甘辛炒め	白飯 鶏のネギ塩焼き・えびカツ 焼きビーフン マヨコーン揚げ 並+ ちくわときゅうりの明太和え	白飯 鯖の竜田揚げ ごぼうサラダ 厚焼き卵 並+ たけのこさつま揚げ煮	白飯 エビフライ・ささみフライ マカロニサラダ 里芋照り煮 並+ 麩の卵とじ	白飯 鶏の唐揚げ 切干大根煮 かにふわふわ豆腐 並+ チンゲン菜塩炒め	白飯 肉ベジ盛り炒め さつまいもサラダ ベーコンバーグ 並+ きくらげ卵ソテー
	24	25 452kcal 3.8g	26 438kcal 2.7g	27 300kcal 2.1g	28 263kcal 2.1g	29 459kcal 1.7g
						
並 弁 当 上	振替休日	白飯 豚のすき焼き風 わかめ和え物 笹かま二色天 並+ いか青菜ソテー	白飯 アジフライ・タルタルソース おくら梅和え チョリソー 並+ れんこん甘辛煮	白飯 とり天・いか天 ポテトサラダ 五目しんじょ 並+ 厚揚げ回鍋肉	白飯 ハンバーグ・シャリアビンソース 切昆布煮 いか海苔巻き 並+ 野菜パジル炒め	白飯 白身フライ・クリームフライ 豆サラダ 肉野菜巻き 並+ 筑前煮

※ 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・バー・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

U K C 株式会社 宇都宮給食センター 宇都宮市駒生町1761-9 TEL 028-652-1053 FAX 028-652-1418