

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料8品目が含まれている可能性があります。 ※ お米は岡山県産を使用しています

5月 5日(月)	鶏の唐揚げ(お好み焼風味) パンネソテー しばかっぱ漬 チヂミ シーザーサラダ 大根と豚肉のオイスターソース煮 小松菜の辛子和え エネルギー 290 kcal 炭水化物 19.1 g 蛋白質 9.2 g 食塩相当量 2.5 g 脂 質 20.1 g	12日(月)	タンドリーチキン パンネソテー 桜漬 豚肉とじゃがいもの味噌バター炒め 春雨の酢の物 ほうれん草とさつま揚げのピリ辛煮 野菜と豆腐のふんわりナゲット エネルギー 400 kcal 炭水化物 28.8 g 蛋白質 18.7 g 食塩相当量 2.3 g 脂 質 22.7 g
6日(火)	二層のブラックカレーコロッケ スパゲティソテー きざみつぼ漬 麻婆豆腐 マカロニナポリタン わかめとえのきのボン酢あえ さつま揚げ エネルギー 319 kcal 炭水化物 34.8 g 蛋白質 9.3 g 食塩相当量 2.5 g 脂 質 16.0 g	13日(火)	豚肉の立田揚げ マカロニソテー 沢庵漬 キャベツとツナのサラダ ホルモン焼きうどん風 小松菜と木くらげの塩炒め カリカリ山くらげ エネルギー 295 kcal 炭水化物 28.1 g 蛋白質 11.6 g 食塩相当量 2.4 g 脂 質 15.1 g
7日(水)	トンテキ風 パンネソテー 桜漬 春雨の中華サラダ 鶏肉と玉葱の山賊炒め ほうれん草としめじソテー 一口カツ エネルギー 396 kcal 炭水化物 22.4 g 蛋白質 18.6 g 食塩相当量 2.6 g 脂 質 23.2 g	14日(水)	ヒレカツ パンネソテー きざみつぼ漬 フレンチポテト(コンソメ風味) 鶏キムチ炒め チンゲン菜とベーコンの中華炒め 切干大根とパプリカの酢の物 エネルギー 355 kcal 炭水化物 35.6 g 蛋白質 15.2 g 食塩相当量 4.1 g 脂 質 16.3 g
8日(木)	ハンバーグおろしソースかけ マカロニソテー 梅干し 玉子焼 塩焼きそば 小松菜の炒め煮 ブロッコリーの和風ドレ和え エネルギー 250 kcal 炭水化物 23.7 g 蛋白質 15.8 g 食塩相当量 2.9 g 脂 質 12.2 g	15日(木)	鶏肉のオイスター風味唐揚げ パンネソテー しばかっぱ漬 豚肉と蓮根の焼肉ソテー 焼きラーメン風 いんげん煮付 落とし揚げ エネルギー 398 kcal 炭水化物 29.1 g 蛋白質 21.3 g 食塩相当量 2.6 g 脂 質 20.8 g
9日(金)	塩だれカルビ風メンチカツ パンネソテー 沢庵漬 ビーマンとスナップのガリ炒め スパゲティミートソース ほうれん草とちくわのナムル 揚げ豆腐おろしソースかけ エネルギー 349 kcal 炭水化物 31.8 g 蛋白質 11.9 g 食塩相当量 2.4 g 脂 質 19.6 g	16日(金)	ハッシュドビーフ風コロッケ スパゲティソテー かっぱ漬 オムレツ パンと野菜のソーダあえ ひじき煮付 ほうれん草のごま和え エネルギー 280 kcal 炭水化物 30.2 g 蛋白質 7.9 g 食塩相当量 2.3 g 脂 質 14.0 g
10日(土)	クリーミーコロッケ スパゲティソテー かっぱ漬 マカロニサラダ 豚と野菜の塩麹炒め 揚げ野菜のマーボー煮 いんげんのピーナッツ和え エネルギー 304 kcal 炭水化物 32.1 g 蛋白質 8.4 g 食塩相当量 1.9 g 脂 質 16.1 g	17日(土)	白身魚フライ マカロニソテー 桜漬 揚げ餃子 加加梅パスタ 大根と豚のガリパスタ煮 揚げ野菜の油和え エネルギー 300 kcal 炭水化物 31.3 g 蛋白質 13.6 g 食塩相当量 2.4 g 脂 質 13.2 g
11日(日)	お楽しみメニュー マカロニソテー きざみつぼ漬 お楽しみメニュー-2 牛肉うま煮 かつおの青じそサラダ じゃがいものカレー炒め エネルギー 113 kcal 炭水化物 18.5 g 蛋白質 5.5 g 食塩相当量 2.0 g 脂 質 2.6 g	18日(日)	お楽しみメニュー スパゲティソテー 沢庵漬 お楽しみメニュー-2 鶏肉の五宝菜 オクラのソーダあえ ポテトサラダ エネルギー 78 kcal 炭水化物 13.8 g 蛋白質 5.1 g 食塩相当量 1.3 g 脂 質 1.3 g

おすすめの一品

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

★スペシャルメニューデー★

5/8(木)・ハンバーグおろしソースかけ
 ・玉子焼



喫食後のお弁当箱の中に箸やフタごみ等を入れないようにお願いいたします

※この献立表はホームページにも掲載しています。「瀬戸内フーズ」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。

冠婚葬祭、行事・各種弁当
 お申し込みは、



フリーダイヤル 0120-98-1158
 URL⇒<https://setouchifoods.jp>

表示されているエネルギー等は副食のみの数値を表示しております。

ライス(394kcal)

全ての献立に食物アレルギー特定原材料8品目が含まれている可能性があります。 ※ お米は岡山県産を使用しています

4月 21日(月)	鶏肉の生姜焼 マカロニソテー 桜漬 ベーコンフライ カリカリ梅パスタ チンゲン菜のとりみ煮 アロカリの卵とじ エネルギー 415 kcal 炭水化物 23.6 g 蛋白質 19.5 g 食塩相当量 2.6 g 脂質 26.1 g	28日(月)	すきやき風フライ マカロニソテー しばかつば漬 鶏肉の韓国風ソテー オムレツケチャップかけ いんげんのごま和え きのこ若布の酢の物 エネルギー 253 kcal 炭水化物 31.4 g 蛋白質 8.7 g 食塩相当量 1.8 g 脂質 10.6 g
22日(火)	五目チャーハン 豚肉のバジル唐揚げ レンコンサラダ ペンネソテー きざみつぼ漬 ビーフソテー わかさぎ大ぶらおろし大根ソース ほうれん草とコーンのソテー エネルギー 732 kcal 炭水化物 106.1 g 蛋白質 21.3 g 食塩相当量 5.1 g 脂質 24.6 g	29日(火)	若鶏の甘辛揚げ スパゲティソテー 桜漬 フレンチポテト 豚肉と野菜のオムレツ炒め チゲ野菜としめじの和え物 金平れんこん エネルギー 398 kcal 炭水化物 37.1 g 蛋白質 11.8 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 21.7 g
23日(水)	ハンバーグケチャップソースかけ マカロニソテー 沢庵漬 プチ春巻 スパゲティナポリタン 切干大根サラダ いんげんのおかかあえ エネルギー 304 kcal 炭水化物 28.1 g 蛋白質 14.7 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 16.7 g	30日(水)	豚肉の香味がーリック唐揚げ スパゲティソテー 沢庵漬 もやしと鶏肉のみそ炒め マカロニサラダ 竹輪とほうれん草の中華卵とじ プチゼリー エネルギー 362 kcal 炭水化物 21.5 g 蛋白質 14.3 g 食塩相当量 1.6 g 脂質 20.6 g
24日(木)	肉じゃがコロック ペンネソテー しばかつば漬 海鮮ねぎ塩パスタ ブルコギ 小松菜とささみの和え酢あえ 揚げしゅうまい エネルギー 421 kcal 炭水化物 39.5 g 蛋白質 11.7 g 食塩相当量 2.2 g 脂質 24.5 g	5月 1日(木)	アジフライ ペンネソテー かつば漬 玉子焼き 筑前煮 オクラのツナかつお和え 小松菜のソテー エネルギー 286 kcal 炭水化物 27.3 g 蛋白質 14.9 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 13.5 g
25日(金)	若鶏の唐揚黒酢ソース スパゲティソテー きざみつぼ漬 はんぺんフライ 豚肉うま煮 ひじきときゅうりの酢の物 若布のピリ辛ナムル エネルギー 399 kcal 炭水化物 35.2 g 蛋白質 13.7 g 食塩相当量 3.2 g 脂質 23.1 g	2日(金)	鶏肉のカレー揚げ マカロニソテー きざみつぼ漬 豚肉と玉葱の焼肉炒め 枝豆のゆかりスバ 切干大根洋風煮 ブロッコリー梅のり和え エネルギー 362 kcal 炭水化物 20.1 g 蛋白質 15.7 g 食塩相当量 2.3 g 脂質 24.4 g
26日(土)	豆腐バーグ味噌ソースかけ マカロニソテー 桜漬 エビカツ 青じそパスタ 筍の卵とじ 大学芋 エネルギー 366 kcal 炭水化物 38.4 g 蛋白質 14.4 g 食塩相当量 3.9 g 脂質 16.6 g	3日(土)	豚肉の塩麹焼き ペンネソテー 桜漬 キャベツサラダ 春雨の中華和え 牛肉しぐれ煮 たこ焼き エネルギー 318 kcal 炭水化物 24.7 g 蛋白質 16.5 g 食塩相当量 2.0 g 脂質 16.3 g
27日(日)	お楽しみメニュー ペンネソテー しばかつば漬 お楽しみメニュー-2 豚肉とタラの香味醤油炒め チゲ野菜と竹輪の豆板醤炒め 高野煮付 エネルギー 122 kcal 炭水化物 11.7 g 蛋白質 5.3 g 食塩相当量 1.7 g 脂質 6.1 g	4日(日)	お楽しみメニュー スパゲティソテー 沢庵漬 お楽しみメニュー-2 豚肉となすの味噌炒め オクラと竹輪の和え物 タレ付き肉団子 エネルギー 100 kcal 炭水化物 11.6 g 蛋白質 5.2 g 食塩相当量 1.3 g 脂質 4.2 g

◎新鮮な食材を使用しておりますが、なるべく早くお召し上がりください。仕入れの都合上メニューと異なる場合はご了承下さい

≪おすすめ≫

4/22(火)

・五目チャーハン



喫食後のお弁当箱の中に箸やフタごみ等を入れないようお願いいたします。

※この献立表はホームページにも掲載しています。「瀬戸内フーズ」で検索し、トップページの新着情報からご覧ください。

冠婚葬祭、行事・各種弁当

お申し込みは、



フリーダイヤル 0120-98-1158

URL⇒<https://setouchifoods.jp>