

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

8月 25日(月)	豚肉の立田揚	9月 1日(月)	若鶏のブラックペッパー焼
	スパゲティソテー しばっば漬 キャベツとコーンの和風サラダ 鶏肉とにんにく芽の味噌炒め ほうれん草とパプリカのソテー 野菜と豆腐のふんわりナゲット エネルギー 356 kcal 炭水化物 23.6 g 蛋白質 15.1 g 食塩相当量 2.8 g 脂 質 19.6 g		スパゲティソテー 桜漬 エビカツ マカロニミートソース ひじき煮付 いんげんのサラダ エネルギー 352 kcal 炭水化物 25.9 g 蛋白質 19.5 g 食塩相当量 2.4 g 脂 質 18.6 g
26日(火)	若鶏の塩麹焼き	2日(火)	豚肉の空揚げ
	マカロニソテー 桜漬 ハムボテフライ スパゲティナポリタン ひじきときゅうりの酢の物 小松菜ごまあえ エネルギー 374 kcal 炭水化物 30.3 g 蛋白質 24.5 g 食塩相当量 2.8 g 脂 質 20.1 g		ペンネソテー 梅干し 鶏ミンチとキャベツの卵とじ あじの南蛮漬 ほうれん草おかかあえ ブロッコリーサラダ エネルギー 274 kcal 炭水化物 17.7 g 蛋白質 15.1 g 食塩相当量 3.1 g 脂 質 15.3 g
27日(水)	ハンバーグ・ハーミスタード・ソースかけ	3日(水)	ごちそうメンチ
	ペンネソテー かつば漬 ロール玉子 鶏肉と玉葱のチリ炒め 青梗菜の煮浸し 若布のピリ辛ナムル エネルギー 274 kcal 炭水化物 19.6 g 蛋白質 20.1 g 食塩相当量 2.8 g 脂 質 14.8 g		マカロニソテー しばっば漬 加加梅パスタ ミニオムレツサルサソースかけ フレンチサラダ れんこんとミンチ肉の甘辛煮 エネルギー 310 kcal 炭水化物 33.4 g 蛋白質 10.9 g 食塩相当量 1.8 g 脂 質 14.9 g
28日(木)	クリーミーコロッケ (カニ入)	4日(木)	ヒレカツ
	スパゲティソテー 沢庵漬 麻婆豆腐 マカロニサラダ 小松菜の卵とじ 落としあげ エネルギー 365 kcal 炭水化物 37.0 g 蛋白質 11.4 g 食塩相当量 3.0 g 脂 質 19.4 g		マカロニソテー 桜漬 玉子焼 塩やきそば チンゲン菜ソテー ブチゼリー エネルギー 303 kcal 炭水化物 26.7 g 蛋白質 14.3 g 食塩相当量 3.4 g 脂 質 12.5 g
29日(金)	豚肉のだし醤油風味焼	5日(金)	肉じゃがコロッケ
	マカロニソテー しばっば漬 チヂミ バター風味のたらこパゲティ なすと鶏の梅照焼ソテー ほうれん草とオクラの和風酢あえ エネルギー 281 kcal 炭水化物 16.3 g 蛋白質 16.8 g 食塩相当量 2.2 g 脂 質 17.2 g		ペンネソテー 沢庵漬 卵ときくらげのチリ炒め ペペロンチーノ きのこ若布の酢の物 揚げしゅうまい エネルギー 430 kcal 炭水化物 37.2 g 蛋白質 12.2 g 食塩相当量 2.3 g 脂 質 27.1 g
30日(土)	鶏の唐揚げトマトソースかけ	6日(土)	エビミックスフライ
	ペンネソテー 桜漬 ひき肉と青梗菜のオイスター炒め 春雨の酢の物 豆腐とえびの中華風炒め煮 一口カツ エネルギー 336 kcal 炭水化物 32.3 g 蛋白質 13.4 g 食塩相当量 2.4 g 脂 質 17.3 g		スパゲティソテー かつば漬 キャベツと人参の青じそ炒め 海鮮ねぎ塩ペンネ ほうれん草としめじのナムル さつま揚げ エネルギー 297 kcal 炭水化物 30.6 g 蛋白質 13.2 g 食塩相当量 2.9 g 脂 質 13.5 g
31日(日)	お楽しみメニュー	7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 豚肉とキャベツの香味醤油炒め オクラとしそ昆布の和えもの 蓮根金平風 エネルギー 127 kcal 炭水化物 17.7 g 蛋白質 5.9 g 食塩相当量 1.7 g 脂 質 4.3 g		ペンネソテー きざみつば漬 お楽しみメニュー-2 マカロニ入ポテトサラダ 小松菜のおひたし 金時豆 エネルギー 105 kcal 炭水化物 21.0 g 蛋白質 3.8 g 食塩相当量 1.1 g 脂 質 0.9 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

★スペシャルメニューデー★

9/4(木) ヒレカツ
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、

瀬戸内フーズ



いいごはん

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

8月 11日(月)	塩だれカルビ風メンチカツ スパゲティソテー かっぱ漬 三角春巻(えび入り) きゃべつと人参の青じそサラダ 豚肉とれんこんオイスターソース いんげんのごまみそ和え エネルギー 294 kcal 炭水化物 27.7 g 蛋白質 10.5 g 食塩相当量 2.6 g 脂 質 15.6 g	18日(月)	白飯(ふりかけ付き) 鶏肉のバジル唐揚げ いんげん煮付 ペンネソテー 桜漬 ひき肉と豆腐のにら炒め 焼ちゃんぽん 小松菜のおかかボン酢和え エネルギー 757 kcal 炭水化物 106.3 g 蛋白質 25.9 g 食塩相当量 2.9 g 脂 質 24.6 g
12日(火)	豚肉の七味照焼 ペンネソテー 桜漬 ポテトフライ きのこの和風スパゲティ 大根と油揚げの煮付 ブロッコリーサラダ エネルギー 336 kcal 炭水化物 26.8 g 蛋白質 16.5 g 食塩相当量 2.5 g 脂 質 18.4 g	19日(火)	エビフライ 小袋タルタルソース 梅ザーサイ マカロニソテー きざみつぼ漬 ロール玉子焼き ツケとトマトのポン酢 きゅうりと若布の酢の物 エネルギー 271 kcal 炭水化物 24.3 g 蛋白質 11.1 g 食塩相当量 4.1 g 脂 質 14.1 g
13日(水)	鶏唐揚げのチリソースかけ マカロニソテー 沢庵漬 ベーコンフライ ゴーヤチャンプルー レンコン梅サラダ チリソース菜のオイル和え エネルギー 433 kcal 炭水化物 26.3 g 蛋白質 14.6 g 食塩相当量 2.5 g 脂 質 29.6 g	20日(水)	豚天 スパゲティソテー しばかっぱ漬 春巻 ブルコギ ひじきサラダ 蓮根金平 エネルギー 417 kcal 炭水化物 28.8 g 蛋白質 13.0 g 食塩相当量 1.9 g 脂 質 28.2 g
14日(木)	白身魚フライ ペンネソテー しばかっぱ漬 揚げジャンボ餃子 春雨の中華サラダ ひじきの炒め煮 いんげんたらこあえ エネルギー 319 kcal 炭水化物 34.9 g 蛋白質 13.5 g 食塩相当量 2.5 g 脂 質 13.8 g	21日(木)	若鶏の山賊焼 マカロニソテー 桜漬 エビミックスフライ そぼろ肉じゃが 切干大根煮付 オクラのわさびしょう油あえ エネルギー 373 kcal 炭水化物 29.3 g 蛋白質 21.0 g 食塩相当量 2.5 g 脂 質 18.7 g
15日(金)	豚肉の唐揚げ スパゲティソテー かっぱ漬 鶏肉とにんにく芽のスタミナ炒め 海鮮ねぎ塩パンネ 小松菜のピーナッツあえ プチゼリー エネルギー 284 kcal 炭水化物 30.1 g 蛋白質 13.9 g 食塩相当量 1.6 g 脂 質 12.3 g	22日(金)	二層のブラックカレーコロッケ ペンネソテー 沢庵漬 枝豆とツナスパゲティサラダ オムレツ 豚肉と野菜のオイスターソース煮 ほうれん草のおひたし エネルギー 279 kcal 炭水化物 34.4 g 蛋白質 8.9 g 食塩相当量 2.8 g 脂 質 11.7 g
16日(土)	むかしコロッケ スパゲティソテー きざみつぼ漬 豚ワカメ マカロニとツナ えんどうのサラダ 切干大根洋風煮 揚げ豆腐ソースかけ エネルギー 314 kcal 炭水化物 33.7 g 蛋白質 7.9 g 食塩相当量 2.4 g 脂 質 16.3 g	23日(土)	ハムカツ スパゲティソテー しばかっぱ漬 竹輪の利久揚 いんげんと豚肉ピリ辛炒め 白菜とさつま揚げの煮びたし 小松菜の酢味噌あえ エネルギー 335 kcal 炭水化物 39.2 g 蛋白質 12.1 g 食塩相当量 2.6 g 脂 質 14.9 g
17日(日)	お楽しみメニュー マカロニソテー 沢庵漬 お楽しみメニュー2 豚肉といんげんの加パスタ ごぼうサラダ チンゲン菜のけんちん煮 エネルギー 102 kcal 炭水化物 16.5 g 蛋白質 4.5 g 食塩相当量 1.8 g 脂 質 2.4 g	24日(日)	お楽しみメニュー マカロニソテー かっぱ漬 お楽しみメニュー2 野菜のバタボンソテー 大根そぼろ煮 チンゲン菜の梅昆布あえ エネルギー 73 kcal 炭水化物 15.2 g 蛋白質 2.7 g 食塩相当量 1.2 g 脂 質 1.4 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

★スペシャルメニューデー★

- 8/19 (火)
・エビフライ
・ロール玉子

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>