

2025

5月



週間献立表



Weekly Menu



	12 (月)				13 (火)				14 (水)				15 (木)				16 (金)				17 (土)			
	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩
A ランチ	豚肉のおろしポン酢				NEW 海苔塩鶏唐揚げ				厚揚げと豚肉の甘辛炒め				グリルチキン (ヨーグルトの日)				やみつき焼肉ライス丼				水餃子 麻辣担々ソース			
	612	26.5	26.1	3.5	580	26.6	23.2	2.4	600	26.6	23.4	3.5	594	28.9	23.5	3.7	563	23.2	15.2	3.3	515	14.7	11.5	3.1
B ランチ	海鮮豆腐				ねばねばスタミナ丼				鮭の醤油麹漬け焼き				カジキマグロ ステーキカツ				鯖の味噌煮							
	480	24.1	10.8	5.3	465	17.6	8.1	3.7	412	25.4	7.3	2.3	443	18.9	6.7	2.5	636	25.3	28.7	4.9				
カレー	茄子と豚肉の 旨味噌カレー				ポークカレー				鶏肉と茄子の グリーンカレー				野菜カレー				チーズカレー				ポークカレー			
	751	21.2	24.1	3.8	602	14.9	18.3	2.6	748	19.2	32.2	3.5	665	15.9	22.1	2.6	658	18.7	22.6	2.9	602	14.9	18.3	2.6
麺類	温玉つゆなし明太うどん				醤油ラーメン				シーフードクリームスパ				きつねうどん・そば				美肌ラーメン							
	508	18.3	13.3	2.6	402	18.5	9.0	5.6	563	22.9	11.8	2.4	579	23.5	14.1	6.8	378	20.8	6.7	6.4				

◆メニューについて◆

- ★サンドイッチのご注文は3日前までをお願いします。
- ★お弁当のご注文は11時までにお願ひいたします。
- ・お米は国産品を使用しています。
- ・材料納入事情により献立を変更することがあります。

◇栄養価表示について◇

- 工：エネルギー(Kcal) 蛋：たんぱく質(g) 脂：脂質(g) 塩：食塩相当量(g)
- ・AランチとBランチは主菜、ご飯、汁物で計算しています。
 - ・ご飯は150g約250Kcalで計算しています。
 - ・中華麺と和麺の塩分は汁も全て含んでいます。

栄養食株式会社

2025

5月



週間献立表 / Weekly Menu



	19 (月)				20 (火)				21 (水)				22 (木)				23 (金)				24 (土)			
	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩
A ランチ	鶏飯 (鹿児島・沖縄県) (お弁当できません)				豚肉の醤油麹漬け				鶏肉の海苔チーズ蒲焼き				肉豆腐				鶏ザーサイ丼				鶏肉の香味カクテルソース			
	568	30.6	9.0	8.5	603	24.9	24.3	3.3	631	28.6	26.5	4.0	578	30.9	16.7	5.5	641	24.9	23.3	5.1	604	27.4	25.8	1.9
B ランチ	鯖の南部焼き				シーフードピラフ・ コロケ付き				じゃがいものそぼろ煮				白身魚のアボカド タルタルオープン焼き				イカの衣揚げ 香味ソース							
	622	25.7	28.0	4.4	560	18.8	9.6	3.1	433	14.3	4.6	2.5	589	23.9	23.5	2.3	719	17.3	34.4	2.6				
カレー	ロコモコカレー				野菜カレー				玉子カレー				チーズカレー				NEW 豆腐と挽肉の 具沢山カレー NEW				ポークカレー			
	591	18.5	17.8	2.4	665	15.9	22.1	2.6	678	21.3	23.7	2.8	658	18.7	22.6	2.9	567	21.9	13.8	3.1	602	14.9	18.3	2.6
麺類	冷やしラーメン (山形県) (お弁当できます)				野菜天ぷら うどん・そば				塩麴スープパスタ				たっぷり野菜の 担々ビーフン				味噌ラーメン							
	414	18.6	10.1	8.8	590	14.7	13.5	6.3	509	17.7	14.4	4.6	360	12.0	12.0	2.6	419	18.9	9.3	4.4				

◆メニューについて◆

★サンドイッチのご注文は3日前までをお願いします。

★お弁当のご注文は11時までをお願いいたします。

・お米は国産品を使用しています。

・材料納入事情により献立を変更することがあります。

◇栄養価表示について◇

工：エネルギー(Kcal) 蛋：たんぱく質(g) 脂：脂質(g) 塩：食塩相当量(g)

・AランチとBランチは主菜、ご飯、汁物で計算しています。

・ご飯は150g約250Kcalで計算しています。

・中華麺と和麺の塩分は汁も含めて含んでいます。

栄養食株式会社

2025

5月



週間献立表



Weekly Menu



	26 (月)				27 (火)				28 (水)				29 (木)				30 (金)				31 (土)			
	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩	工	蛋	脂	塩
A ランチ	鶏肉の生七味焼き				茄子のミートグラタン				和風チキン南蛮 ～土佐酢仕立て～				豚しゃぶ梅おろしダレ				すしのこおろし 照焼チキン				サムギョプサル丼			
	646	30.5	28.5	3.3	592	17.4	21.8	3.8	558	17.1	19.2	3.3	479	23.7	14.7	2.5	578	27.5	20.7	5.5	726	19.4	36.3	3.0
B ランチ	鯖の柚子胡椒 イタリアンソース				鯖の胡麻味噌ソース (薬膳)				赤魚の塩麹漬け焼き				ハントンをライス (石川県)				八宝菜							
	544	25.5	17.5	3.3	626	24.8	30.9	3.6	450	21.4	8.6	2.5	725	23.9	27.9	4.9	473	21.5	13.6	3.5				
カレー	ポークカレー				ポークハヤシライス				野菜カレー				コロッケカレー				チーズカレー				ポークカレー			
	602	14.9	18.3	2.6	539	15.4	9.6	3.3	6654	15.9	22.1	2.6	727	18.6	25.5	3	658	18.7	22.6	2.9	602	14.9	18.3	2.6
麺類	肉ワンタン麺				カレー南蛮 うどん・そば				コラボ企画 柚子胡椒焼きそば (期間限定) コラボ企画				たぬきうどん・そば				豆乳塩ラーメン							
	417	16.8	9.8	8.3	490	20.0	7.2	5.7	441	19.7	14.0	5.2	526	18.4	10.7	6.9	428	26.5	8.9	5.9				

◆メニューについて◆

- ★サンドイッチのご注文は3日前までをお願いします。
- ★お弁当のご注文は11時までにお願いたします。
- ・お米は国産品を使用しています。
- ・材料納入事情により献立を変更することがあります。

◇栄養価表示について◇

- 工：エネルギー(Kcal) 蛋：たんぱく質(g) 脂：脂質(g) 塩：食塩相当量(g)
- ・AランチとBランチは主菜、ご飯、汁物で計算しています。
- ・ご飯は150g約250Kcalで計算しています。
- ・中華麺と和麺の塩分は汁も全て含んでいます。

栄養食株式会社