

令和6年



1月献立表



旧年中は弊社の弁当をご愛顧いただきまして、誠にありがとうございました。
2024年も変わらぬお引き立ての程、宜しく願い申し上げます。

※12/29(金)から1/4(木)は年末年始休業とさせていただきます。



単位 熱量kcal 蛋白質...g 脂質...g 糖質...g 新湯県産コシヒカリ使用

	【金】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【土】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
5日	並	328	12.4	18.6	28.4	2.3	並	197	15.0	10.2	12.2	2.1
	小盛	208	12.2	18.7	27.8	1.8	小盛	191	14.8	10.1	11.2	1.6

メンチカツ 厚焼き卵 切干ツナ煮	鶏照焼き オムレツ 厚揚げと椎茸煮込み												
12日	並	254	13.6	13.7	19.9	2.2	13日	並	232	14.8	13.9	12.0	2.1
	小盛	245	13.2	13.5	18.2	1.8		小盛	228	14.7	13.7	11.4	1.7

【月】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【火】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【水】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【木】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分				
8日						9日	並	281	15.9	11.7	28.0	3.4	10日	並	311	15.8	20.2	15.4	1.5	11日	並	313	16.5	14.3	29.9	2.7	
							小盛	272	15.8	11.2	27.4	2.9		小盛	309	15.7	20.2	15.1	1.1		小盛	218	13.1	8.8	22.2	2.2	
						赤魚幽庵焼き 竹輪揚げ煮 筑前煮	豚生姜焼き カレーコロッケ 鶏と野菜中華和え	たら天梅だれ みそ味つくね 野菜クリーム煮	チキンステーキ ミニコーンコロッケ ジャージャン豆腐	ぶり照焼き 枝豆腐蒸 大根と鶏の煮込み																	
15日	並	241	11.2	12.5	22.5	2.4	16日	並	274	17.4	14.7	18.9	2.2	17日	並	312	11.9	15.5	31.2	2.6	18日	並	280	18.6	11.8	23.5	2.6
	小盛	238	11.1	12.5	21.7	1.9		小盛	242	15.1	13.1	16.9	1.8		小盛	278	10.4	13.6	28.6	2.1		小盛	257	16.2	10.5	22.9	2.1
	ささみチーズフライ 京風卵 ひじき五日煮	かれい天甘酢あん ハム 高野豆腐ラトウイユ	イカフライ プチバーグ 野菜トマト煮	さば塩焼き 蓮根はさみ揚げ 大根、竹輪、人参煮	とんかつみそだれ もやし丸天炒め 大根コーンサラダ	さわら南部焼き オムレツ 厚揚げキャベツ味噌																					
22日	228	228	15.8	11.7	15.6	1.9	23日	並	319	12.0	20.1	21.7	2.3	24日	並	276	15.6	12.8	24.0	2.1	25日	並	216	9.8	13.4	13.7	2.0
	小盛	208	13.0	11.0	15.1	1.4		小盛	315	11.7	19.9	21.0	1.8		小盛	263	15.0	12.3	22.1	1.9		小盛	208	9.6	12.8	12.9	1.6
	ます塩焼き ハムカツ 千切り野菜炒め	鶏天オーロラソース 豆腐ハンバーグ 人参マリネ	ぶり照焼き 大豆餃子 肉大根	豚香草焼き たこ焼き 大根寄せ煮	アジフライトリス ポークウインナー 切干ベーコン煮																						
29日	並	288	12.1	15.6	25.8	3.0	30日	並	328	16.5	18.2	24.9	2.2	31日	並	261	14.6	16.1	13.4	2.0	※ご飯のカロリーは並盛(250g)420kcal・小盛(180g)302kcalです ※献立は仕入れ等の都合により変更することがございます。ご注文のキャンセルは当日朝9時締切です。						
	小盛	283	11.9	15.5	24.8	2.5		小盛	309	14.6	18.0	22.3	1.9		小盛	236	13.0	14.9	11.4	1.3							
	ハンバーグキャベツトリス オーシャンスティックフライ ひじき寄せ煮	ほっけ塩焼き 春巻き 厚揚げ黒こん煮	鶏唐揚げ 五目金平 人参豆マリネ																								

(株)ゆのたに 調理センター

☎ 025-792-1366 Fax 025-795-6088