

令和7年

6月 献立表

毎度、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す。

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

【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	【金】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【土】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分										
2日	並 小盛	237 191	12.0 10.3	11.9 8.7	23.8 21.1	2.9 2.4	3日	並 小盛	333 329	12.3 12.1	20.5 20.3	25.3 24.8	2.1 1.7	4日	並 小盛	337 304	18.0 15.6	15.8 14.1	30.1 28.0	2.6 2.1	5日	並 小盛	262 244	14.0 11.6	14.5 13.8	18.1 17.5	2.1 1.7	6日	並	698	27.0	21.1	92.9	1.93	7日	休業日									
イカフライ ウインナー 切昆布煮						鶏カレー焼き 野菜コロッケ 大根炒め煮						かれい天揚げ煮 オムレツ 厚揚げうま煮 惣菜配達日						鮭香草焼き えびカツ 切干ベーコン煮						 鶏から揚げ 弁当																					
9日	並 小盛	180 177	12.3 12.0	7.6 7.5	17.6 17.1	1.9 1.4	10日	並 小盛	313 280	13.6 11.5	14.9 13.3	30.3 28.0	2.2 1.7	11日	並 小盛	304 300	11.6 11.3	13.9 13.8	33.4 32.7	3.9 3.4	12日	並 小盛	342 246	13.8 11.8	20.3 14.1	26.9 18.5	2.1 1.3	13日	並	591	18.6	10.1	103.0	3.1	14日	休業日									
あじマスタード焼き カレーコロッケ ひじき豆煮						たら天甘酢あん 厚焼き卵 もやしサラダ						たれカツ ミニかに玉 大根、ふ、人参煮 惣菜配達日						豚生姜焼き 春巻き 野菜炒め						 チンジャオロース丼																					
16日	並 小盛	320 316	15.5 15.3	19.2 19.1	20.6 20.0	1.9 1.5	17日	並 小盛	363 355	14.4 14.2	21.4 20.8	27.4 26.7	2.0 1.5	18日	並 小盛	285 259	17.5 15.1	10.6 9.2	29.8 29.0	2.4 1.9	19日	並 小盛	283 270	11.4 11.1	14.4 13.7	27.7 26.0	2.2 1.8	20日	並	735	14.9	16.1	127.5	3.88	21日	並 小盛	175 169	13.3 13.0	6.4 6.1	16.3 15.5	2.6 2.1				
ぶり照焼き ハムカツ 春雨炒め						豚天オーロラソース みそ味つくね 切干カレー酢煮						さば塩焼き 竹輪磯辺天 さつま揚げ寄せ煮 惣菜配達日						ささみチーズフライ 厚焼き卵 根菜炒り煮						 カツカレー サラダ付き						ほっけ塩焼き ミニかに玉 ザーサイ和え															
23日	並 小盛	286 282	11.9 11.6	15.9 15.8	24.9 24.2	2.3 1.9	24日	並 小盛	258 256	14.0 13.8	11.9 11.8	24.2 23.6	2.3 1.8	25日	並 小盛	316 307	18.5 18.2	15.8 15.7	23.0 20.9	2.1 1.7	26日	並 小盛	220 218	16.1 15.9	10.6 10.6	15.2 14.7	2.0 1.6	27日	並	675	22.9	16.6	177.2	2.2	28日	休業日									
豚ソース天 枝豆腐蒸 ひじき中華煮						赤魚塩こうじ焼き 銭麩カレー天 厚揚げ寄せ煮						鶏唐揚げ 大根と豆煮 おくらわかめおかか和え 惣菜配達日						あじ照焼き 大豆餃子 高野豆腐五目煮						 きんぴら おこわ																					
30日	並 小盛	210 206	11.6 11.5	12.1 12.0	14.5 13.9	2.1 1.6																																							
鶏香草焼き オーシャンスティックフライ ひじき寄せ煮																																													

※ご注文の変更やキャンセルは当日朝9時締切です。
※ 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。
※ご飯のカロリーーは並盛(230g)386kcal・小盛(170g)286kcalです。

(株)ゆのたに 調理センター
☎ 025-792-1366
Fax 025-795-6088

※ご注文の変更やキャンセルは当日朝9時締切です。
 ※ 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。
 ※ご飯のカロリーは並盛(230g)386kcal・小盛(170g)286kcalです。

(株)ゆのたに 調理センター
 ☎ 025-792-1366
 Fax 025-795-6088