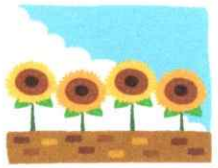
令和7年

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。

8月 献立表



※ご注文の変更は当日朝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。

単位　熱量kcal　蛋白質...g　脂質...g　糖質...g

【金】		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
1日	並	259	16.0	14.5	15.6	1.9
	小盛	250	15.5	14.3	13.9	1.4

鶏唐揚げ
豚と牛蒡すき焼き風
人参はんぺんサラダ

【土】		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
2日	並	204	11.0	12.7	12.8	2.2
	小盛	200	10.7	12.5	12.1	1.8

豚山賊焼き
京風卵
ひじき和風サラダ

【月】		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
4日	並	325	16.4	18.2	24.5	2.2
	小盛	229	14.3	12.1	16.1	1.4

ほっけ塩焼き
春巻き
厚揚げ黒こん煮

【火】		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
5日	並	231	13.2	13.3	14.5	2.1
	小盛	228	13.0	13.2	14.0	1.7

鶏香草焼き
オーシャンスティックフライ
挽肉と春雨炒め物

【水】		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
6日	並	283	10.1	16.5	24.4	2.3
	小盛	259	8.7	15.1	22.6	1.7

とんかつ　惣菜配達日
大根寄せ煮
ピーマン突きこん金平

【木】		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
7日	並	244	14.2	10.2	22.4	2.4
	小盛	241	14.1	10.2	21.9	2.0

ほき天揚げ煮
厚焼き卵
もやしピリ辛炒め

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
8日	並	367	13.6	20.2	32.0	2.0
	小盛	361	13.3	20.1	31.0	1.5

豚生姜焼き
かぼちゃコロッケ
うま煮

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
9日	並	246	15.9	12.9	15.8	2.1
	小盛	242	15.7	12.6	15.3	1.7

ぶり照焼き
もち米肉団子
大根と鶏の煮込み

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
11日	並	297	12.9	16.5	23.1	2.9
	小盛	291	12.6	16.4	22.0	2.5

ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞｹﾁｬｯﾌﾟｿｰｽ
うずら串フライ
大根、ふ、人参煮

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
12日	並	421	13.5	2.4	87.0	3.6

8月13日(水) から8月17日(日) はお盆休暇の為
弁当配達をお休みさせていただきます。

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
18日	並	219	13.0	9.0	23.0	2.2
	小盛	205	12.8	8.1	21.5	1.7

赤魚幽庵焼き
竹輪磯辺天
ひじき煮

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
19日	並	336	14.8	18.8	25.8	2.4
	小盛	332	14.5	18.7	25.1	2.0

豚ソース天
小籠包
ジャージャン豆腐

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
20日	並	286	13.6	13.4	27.4	2.2
	小盛	274	13.4	12.8	25.8	1.8

アジフライ　惣菜配達日
ミニかに玉
五目うま煮

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
21日	並	258	15.7	11.9	22.4	2.1
	小盛	249	15.4	11.4	21.4	1.7

ます西京焼き
えびカツ
がめ煮高野

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
22日	並	337	12.8	20.5	25.5	2.3
	小盛	333	12.4	20.5	24.9	1.8

鶏カレー焼き
野菜コロッケ
ツナ大根

23日　休業日

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
25日	並	346	12.1	19.9	31.4	2.3
	小盛	343	11.8	19.9	30.7	1.8

メンチカツ
京風卵
ひじき豆煮

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
26日	並	258	13.3	16.4	12.2	2.0
	小盛	247	12.8	16.3	10.2	1.5

鶏唐揚げ
もやしサラダ
蓮根金平

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
27日	並	277	15.1	13.2	25.0	2.2
	小盛	243	13.0	11.5	22.5	1.8

たら天香り野菜　惣菜配達日
ミニ上野シューマイ
高野豆腐寄せ煮

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
28日	並	251	14.0	13.6	18.6	2.1
	小盛	246	13.9	13.5	17.7	1.6

さわら山賊焼き
ミニコーンコロッケ
炒り鶏

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
29日	並	240	10.6	12.8	21.9	2.1
	小盛	236	10.3	12.6	21.4	1.7

イカ寄せフライ
オムレツ
厚揚げキャベツ味噌

		熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分
30日	並	165	12.7	4.8	18.7	2.4
	小盛	163	12.6	4.8	18.2	1.9

かれい蒸ゆずあん
枝豆豆腐蒸
芋スープ煮

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