

月間献立表(夕)

オーケーシー食品株式会社

	2026年5月31日(日)					2026年5月1日(金)	2026年5月2日(土)
	たちうおの煮付け 鶏団子の中華風 青菜と桜えびのおひたし フルーツ 漬物 ごはん					たまごのとろみ中華あん 切干大根と小えびの炒め煮 ブロッコリーのサラダ フルーツ 漬物 ごはん	エビミックスフライ きのこの玉子とじ スパゲティサラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	591kcal 23.4g 18.8g 2.09g					451kcal 15.2g 5.1g 2.03g	602kcal 12.7g 17.6g 1.56g
	2026年5月3日(日)	2026年5月4日(月)	2026年5月5日(火)	2026年5月6日(水)	2026年5月7日(木)	2026年5月8日(金)	2026年5月9日(土)
	鶏肉のおろし煮 ポークビーンズ うまい菜のごま和え フルーツ 漬物 ごはん	カニクリームコロッケ 菜の花とベーコンの炒め物 ちくわサラダ フルーツ 漬物 ごはん	白身魚の味噌煮 しめじとミンチのオイスター炒め もやしの胡麻和え フルーツ 漬物 ごはん	油淋鶏 いもっこ煮 ほうれん草となめこのお浸し フルーツ 漬物 ごはん	ポークケチャップ 青菜と高野豆腐の煮物 わかめの酢の物 フルーツ 漬物 ごはん	白身天 おろしソース マーボー豆腐 白菜のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん	焼き肉 じゃが煮 マカロニサラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	677kcal 30.7g 26.1g 1.27g	700kcal 14.6g 24.4g 2.10g	424kcal 10.5g 3.7g 1.71g	722kcal 20.3g 24.3g 3.38g	584kcal 20.5g 14.3g 2.20g	502kcal 18.9g 9.4g 1.65g	699kcal 41.2g 18.8g 2.92g
	2026年5月10日(日)	2026年5月11日(月)	2026年5月12日(火)	2026年5月13日(水)	2026年5月14日(木)	2026年5月15日(金)	2026年5月16日(土)
	赤魚の照焼 豚肉と豆腐の炒り煮 もやしのピーナツ和え フルーツ 漬物 ごはん	味噌メンチカツ 竹輪の五色きんぴら 菜の花のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん	豚肉の生姜焼 竹の子と人参のおかか煮 春菊のごま和え フルーツ 漬物 ごはん	エビチリ ごぼうとベーコンの金平 青菜ともやしの辛子和え フルーツ 漬物 ごはん	豚肉の照り焼き 三色炒め煮 菜の花のごま和え フルーツ 漬物 ごはん	ひじきと野菜の豆腐ハンバーグ しょうゆあん マーボー茄子 法蓮草の柚子和え フルーツ 漬物 ごはん	牛焼き肉 厚揚げの柚子味噌煮 ダブルポテトサラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	482kcal 24.2g 5.7g 1.46g	632kcal 17.1g 17.2g 2.19g	488kcal 16.6g 9.4g 0.81g	600kcal 12.6g 17.3g 2.78g	699kcal 19.7g 31.7g 1.94g	564kcal 15.6g 14.2g 2.81g	541kcal 17.7g 13.1g 1.24g
	2026年5月17日(日)	2026年5月18日(月)	2026年5月19日(火)	2026年5月20日(水)	2026年5月21日(木)	2026年5月22日(金)	2026年5月23日(土)
	たれかつ 大豆大根 ブロッコリーピーナツ和え フルーツ 漬物 ごはん	肉井風煮込み 塩焼きそば もやしの胡麻和え フルーツ 漬物 ごはん	カレイのいそべ天 ひじきと挽肉の炒め物 キャベツのカニ風味サラダ フルーツ 漬物 ごはん	鯖の照焼 肉豆腐 ほうれん草のごま和え フルーツ 漬物 ごはん	根菜入り鶏つくね 味噌たれ はんぺんの玉子とじ うまい菜のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん	鶏チリ 切昆布と豚肉の煮物 キャベツのジュレポン酢がけ フルーツ 漬物 ごはん	デミグラスハンバーグ 大根と椎茸の煮物 もやしの中華サラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	549kcal 17.0g 8.4g 1.82g	537kcal 17.1g 9.8g 1.48g	562kcal 22.1g 13.8g 1.87g	611kcal 27.3g 18.4g 1.21g	495kcal 17.3g 6.2g 2.66g	562kcal 19.2g 12.4g 2.82g	540kcal 16.9g 12.9g 1.95g
	2026年5月24日(日)	2026年5月25日(月)	2026年5月26日(火)	2026年5月27日(水)	2026年5月28日(木)	2026年5月29日(金)	2026年5月30日(土)
	白身天 味ぽん 五目ひじき煮 白菜のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん	豚肉のおろし煮 肉じゃが 青菜とかにのお浸し フルーツ 漬物 ごはん	キャベツメンチ 牛肉のきんぴら 竹の子の香り and え フルーツ 漬物 ごはん	赤魚の幽庵焼 鶏肉と青菜の煮物 もやしの柚子和え フルーツ 漬物 ごはん	チーズコロッケ 豚すき 春菊のおひたし フルーツ 漬物 ごはん	鶏肉の唐揚げ 和風あん エビとじゃがいもの煮物 菜の花の辛子和え フルーツ 漬物 ごはん	やわらかとんてき炒め かに風味豆腐 大根和風サラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	513kcal 19.4g 10.7g 2.30g	709kcal 19.9g 32.5g 1.25g	604kcal 16.3g 13.8g 1.80g	478kcal 23.4g 5.1g 1.69g	528kcal 11.6g 9.0g 1.73g	662kcal 20.5g 20.2g 3.01g	599kcal 29.8g 14.4g 2.41g

献立は予告無く変更することがあります。
米は国産米を使用しています。

☆お弁当のご注文・キャンセル等は下記までご連絡ください。
連絡先 0120-234-869