

月間献立表(夕)

オーケーシー食品株式会社

	2025年8月31日(日)					2025年8月1日(金)	2025年8月2日(土)
	赤魚の幽庵焼 <small>切干大根と小えびの炒め煮</small> もずくの酢の物 フルーツ 漬物 ごはん					赤魚の幽庵焼 厚揚げのそぼろ煮 野菜のごま和え フルーツ 漬物 ごはん	大葉巻きつくね 野菜といかの五目炒め ブロッコリーのサラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	464kcal 21.5g 3.5g 1.7g					485kcal 22.5g 6.6g 1.4g	536kcal 22.8g 9.5g 2.6g
	2025年8月3日(日)	2025年8月4日(月)	2025年8月5日(火)	2025年8月6日(水)	2025年8月7日(木)	2025年8月8日(金)	2025年8月9日(土)
	白身魚の煮付け 肉豆腐 大根和風サラダ フルーツ 漬物 ごはん	野菜コロッケ 麩の玉子とじ 白菜の柚子和え フルーツ 漬物 ごはん	鯖の照焼 ひじき煮 大根なます フルーツ 漬物 ごはん	鶏肉の照り焼き マーボー茄子 <small>大根と青菜のピーナツ和え</small> フルーツ 漬物 ごはん	つゆだくかつ鍋 じゃが芋のきんぴら 法蓮草とハムのマリネ フルーツ 漬物 ごはん	たまごのとろみ中華あん 青菜と鶏肉の塩炒め かに風味サラダ フルーツ 漬物 ごはん	白身天 味ぽん <small>しめじとミンチのオイスター炒め</small> 里芋田楽 フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	488kcal 21.2g 7.8g 1.2g	519kcal 9.3g 10.4g 1.4g	602kcal 24.6g 15.6g 2.6g	590kcal 23.5g 18.1g 1.8g	610kcal 16.5g 15.2g 2.5g	502kcal 16.0g 11.4g 2.1g	538kcal 19.8g 11.6g 1.9g
	2025年8月10日(日)	2025年8月11日(月)	2025年8月12日(火)	2025年8月13日(水)	2025年8月14日(木)	2025年8月15日(金)	2025年8月16日(土)
	牛皿煮 じゃが煮 柚子大根 フルーツ 漬物 ごはん	<small>根菜入り鶏つくね 甘辛たれ</small> 塩麻婆豆腐 菜の花のおひたし フルーツ 漬物 ごはん	ポークケチャップ 里芋の煮っころがし <small>うまい菜のピーナツ和え</small> フルーツ 漬物 ごはん	赤魚の白味噌がけ 八宝菜 ジャーマンポテト フルーツ 漬物 ごはん	油淋鶏 牛肉と竹の子の炒め煮 スパゲティサラダ フルーツ 漬物 ごはん	カニクリームコロッケ <small>切干大根と小えびの炒め煮</small> 若布の酢味噌和え フルーツ 漬物 ごはん	鯖の味噌煮 ゴーヤチャンプル 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	486kcal 16.8g 6.1g 1.4g	458kcal 14.4g 5.6g 1.8g	582kcal 26.5g 8.4g 2.4g	502kcal 22.7g 5.8g 2.1g	731kcal 22.5g 26.0g 2.9g	728kcal 13.7g 27.4g 2.2g	660kcal 28.4g 21.0g 1.9g
	2025年8月17日(日)	2025年8月18日(月)	2025年8月19日(火)	2025年8月20日(水)	2025年8月21日(木)	2025年8月22日(金)	2025年8月23日(土)
	牛焼き肉 ナスの香り炒め 法蓮草のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん	やわらかとんてき炒め 焼きそば 油揚げと青菜の煮物 フルーツ 漬物 ごはん	たれかつ 五目ひじき煮 <small>カリフラワーの胡麻味噌和え</small> フルーツ 漬物 ごはん	鶏ちゃん焼き 野菜と豆腐の炒り煮 若芽のごま酢和え フルーツ 漬物 ごはん	キャベツメンチ 大根と椎茸の煮物 マカロニサラダ フルーツ 漬物 ごはん	ぶりの煮付 イカの中華旨煮 <small>かぼちゃとベーコンのサラダ</small> フルーツ 漬物 ごはん	目玉焼きフライ <small>厚揚げと大豆ミンチの甘辛煮</small> オクラの生姜醤油和え フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	521kcal 17.0g 12.3g 1.2g	646kcal 24.0g 21.5g 1.9g	543kcal 16.0g 10.2g 1.9g	640kcal 26.5g 17.6g 2.5g	614kcal 14.4g 16.7g 1.7g	637kcal 27.6g 20.2g 1.2g	571kcal 15.4g 15.3g 1.6g
	2025年8月24日(日)	2025年8月25日(月)	2025年8月26日(火)	2025年8月27日(水)	2025年8月28日(木)	2025年8月29日(金)	2025年8月30日(土)
	エビミックスフライ 切昆布と豚肉の煮物 和風スパゲッティ フルーツ 漬物 ごはん	さばの塩焼き 鶏団子の中華風 <small>うまい菜のピーナツ和え</small> フルーツ 漬物 ごはん	ハンバーグ <small>ベーコンと切干の金平</small> 野菜サラダ フルーツ 漬物 ごはん	鶏肉の柚子照焼 焼きビーフン <small>ブロッコリーのおひたし</small> フルーツ 漬物 ごはん	カレイのゆかり天和風あん 三色炒め煮 コールスローサラダ フルーツ 漬物 ごはん	ピーマン肉詰めフライ 厚揚げと野菜の旨煮 <small>キャベツと蒸し鶏の辛子和え</small> フルーツ 漬物 ごはん	鶏肉の西京焼 マーボー豆腐 カニの酢の物 フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	555kcal 14.6g 11.8g 2.1g	571kcal 25.4g 15.6g 1.9g	519kcal 16.2g 10.0g 2.3g	590kcal 23.5g 13.1g 2.3g	523kcal 20.8g 9.0g 1.5g	561kcal 13.7g 15.1g 1.6g	577kcal 21.7g 14.0g 2.5g

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