

月間献立表(昼)

オーケーシー食品株式会社							
			2026年9月1日(火)	2026年9月2日(水)	2026年9月3日(木)	2026年9月4日(金)	2026年9月5日(土)
			根菜入り鶏つくね 甘辛たれ 法蓮草のソテー マカロニサラダ フルーツ 漬物 ごはん	和風煮込みハンバーグ ふきとさつま揚げの煮物 菜の花のごま和え フルーツ 漬物 ごはん	目玉焼きフライ きのこの金平 ブロッコリーのマリーネ フルーツ 漬物 ごはん	大葉巻きつくね 五色煮 若芽とかにカマの胡麻酢和え フルーツ 漬物 ごはん	カレイのいそべ天 ツナじゃが うまい菜の生姜醤油和え フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩			508kcal 16.1g 8.8g 2.04g	547kcal 17.3g 12.0g 2.81g	563kcal 14.6g 14.5g 1.42g	520kcal 18.9g 9.1g 3.12g	511kcal 20.8g 8.1g 1.42g
	2026年9月6日(日)	2026年9月7日(月)	2026年9月8日(火)	2026年9月9日(水)	2026年9月10日(木)	2026年9月11日(金)	2026年9月12日(土)
	鶏肉のおろし煮 焼きそば ブロッコリーのおかか和え フルーツ 漬物 ごはん	赤魚の幽庵焼 エビとじゃがいもの煮物 キャベツとハムの和え物 フルーツ 漬物 ごはん	エビミックスフライ 切昆布と大豆の煮物 大根と青菜の柚子和え フルーツ 漬物 ごはん	白身魚の煮付け 厚揚げの柚子味噌煮 キャベツのジュレポン酢がけ フルーツ 漬物 ごはん	いわしの生姜煮 じゃが芋のきんぴら コーンサラダ フルーツ 漬物 ごはん	牛焼き肉 三色炒め煮 カボチャとハムのサラダ フルーツ 漬物 ごはん	油淋鶏 白菜とベーコンのクリーム煮 野菜の三杯酢 フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	620kcal 26.6g 16.4g 2.38g	474kcal 20.7g 4.1g 1.38g	575kcal 15.1g 12.0g 1.75g	388kcal 7.9g 2.8g 1.35g	510kcal 19.0g 7.1g 2.15g	546kcal 20.5g 11.7g 1.35g	699kcal 18.9g 25.6g 2.99g
	2026年9月13日(日)	2026年9月14日(月)	2026年9月15日(火)	2026年9月16日(水)	2026年9月17日(木)	2026年9月18日(金)	2026年9月19日(土)
	さばの塩焼き 青菜と麩の炒め物 花野菜サラダ フルーツ 漬物 ごはん	豚肉の照り焼き さつま揚げの味噌炒め 野菜のごま和え フルーツ 漬物 ごはん	やわらかとんてき炒め ひじきと大豆の煮物 肉豆腐 フルーツ 漬物 ごはん	白身魚の煮付け マーボ竹輪 もずくの酢の物 フルーツ 漬物 ごはん	チキンのトマト煮込み かに風味豆腐 ポテトサラダ フルーツ 漬物 ごはん	海鮮豆腐のごま味噌焼き 銀杏とさつまいもの煮物 菜の花のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん	カニクリームコロッケ しめじとミンチのオイスター炒め コールスローサラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	573kcal 23.8g 17.3g 1.04g	648kcal 27.6g 19.7g 2.01g	649kcal 37.4g 16.6g 2.36g	391kcal 8.8g 1.6g 1.47g	649kcal 24.7g 22.0g 1.94g	570kcal 14.3g 12.2g 4.03g	649kcal 12.4g 19.0g 1.76g
	2026年9月20日(日)	2026年9月21日(月)	2026年9月22日(火)	2026年9月23日(水)	2026年9月24日(木)	2026年9月25日(金)	2026年9月26日(土)
	鶏チリ 八宝菜 ダブルポテトサラダ フルーツ 漬物 ごはん	白身天 天だし 厚揚げのきのこソース うまい菜のおひたし フルーツ 漬物 ごはん	照り焼きハンバーグ 切昆布と豚肉の煮物 野菜の中華おひたし フルーツ 漬物 ごはん	赤魚の白味噌がけ マーボー茄子 バンバンジーサラダ フルーツ 漬物 ごはん	ヒレカツ 花さつま煮・椎茸煮 切干大根の中華和え フルーツ 漬物 ごはん	ポークケチャップ 厚揚げのそぼろ煮 竹輪の炒め煮 フルーツ 漬物 ごはん	野菜の肉巻きフライ 鶏団子の中華風 さつまいもサラダ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	589kcal 16.6g 16.1g 2.71g	546kcal 20.5g 14.4g 1.37g	547kcal 18.9g 10.9g 3.17g	556kcal 24.7g 10.8g 2.23g	557kcal 22.8g 9.9g 2.36g	615kcal 22.2g 17.8g 1.87g	601kcal 16.0g 15.9g 1.73g
	2026年9月27日(日)	2026年9月28日(月)	2026年9月29日(火)	2026年9月30日(水)			
	塩だれ焼き鳥 大根と人参のきんぴら 法蓮草のゆずぽん和え フルーツ 漬物 ごはん	豚肉の柳川煮 竹の子と人参のおかか煮 ブロッコリーごま和え フルーツ 漬物 ごはん	肉丼風煮込み キャベツとツナの炒め物 ナスの生姜醤油和え フルーツ 漬物 ごはん	いわしの生姜煮 マーボー豆腐 もずくの酢の物 フルーツ 漬物 ごはん			
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	614kcal 25.3g 18.9g 2.22g	470kcal 17.6g 5.6g 1.86g	553kcal 18.6g 15.1g 0.83g	498kcal 19.2g 7.5g 2.03g			

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