

月間献立表(夕)

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)
			さばの塩焼き 塩麻婆豆腐 じゃが煮 フルーツ 漬物 ごはん	つゆだくかつ鍋 青菜と高野豆腐の煮物 カリフラワーの胡麻味噌和え フルーツ 漬物 ごはん	回鍋肉 筑前煮 ちくわサラダ フルーツ 漬物 ごはん	白身魚の煮付け 切干大根と小えびの炒め煮 法蓮草の辛子和え フルーツ 漬物 ごはん	肉井風煮込み はんぺんの玉子とじ 竹の子の香りและ フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩			559kcal 23.6g 15.2g 1.01g	590kcal 17.0g 14.4g 2.34g	630kcal 27.9g 14.6g 2.77g	433kcal 18.6g 1.9g 1.69g	547kcal 22.0g 11.6g 1.27g
	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)
	ひじきと野菜の豆腐ハンバーグ 竹輪の五色きんぴら かに風味サラダ フルーツ 漬物 ごはん	厚切りハムカツ 菜の花と豚肉の炒め物 大根なます フルーツ 漬物 ごはん	豚肉の生姜焼 野菜と豆腐の炒り煮 ブロッコリーのピーナツ和え フルーツ 漬物 ごはん	大きなマヨ玉かつ きんぴら ひじきとさつま揚げの煮物 フルーツ 漬物 ごはん	肉団子と野菜の甘酢あんかけ フキと竹の子の煮物 法蓮草とハムのマリネ フルーツ 漬物 ごはん	カレイの唐揚げ 野菜のスープ煮 青菜としらすのおひたし フルーツ 漬物 ごはん	牛皿煮 大豆大根 法蓮草のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	557kcal 14.0g 14.4g 2.16g	615kcal 14.8g 17.4g 2.15g	531kcal 20.0g 12.2g 0.93g	643kcal 13.6g 19.2g 1.81g	496kcal 14.4g 5.7g 1.73g	440kcal 23.7g 2.2g 1.43g	496kcal 19.7g 6.6g 1.55g
	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)
	野菜コロッケ 厚揚げと大豆ミンチの甘辛煮 うまい菜のピーナツ和え フルーツ 漬物 ごはん	デミグラスハンバーグ 鶏ごぼう 大根和風サラダ フルーツ 漬物 ごはん	いわしの生姜煮 豚肉と根菜の煮物 うまい菜の辛子和え フルーツ 漬物 ごはん	キャベツメンチ ごぼうとベーコンの金平 法蓮草の柚子和え フルーツ 漬物 ごはん	野菜ミンチ巻き 和風あん きのこの玉子とじ 菜の花とちくわの辛子和え フルーツ 漬物 ごはん	鶏肉の柚子照焼 チンジャオパーク マカロニサラダ フルーツ 漬物 ごはん	カレイの煮付け 肉じゃが煮 法蓮草のごま和え フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	554kcal 11.6g 13.1g 1.59g	601kcal 17.7g 17.4g 2.10g	508kcal 22.2g 7.5g 2.12g	596kcal 14.0g 13.7g 2.62g	509kcal 17.5g 7.5g 2.16g	620kcal 26.2g 18.4g 2.00g	475kcal 25.4g 3.0g 2.08g
	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)
	たまごのとろみ中華あん 大根と椎茸の煮物 菜の花の生姜醤油和え フルーツ 漬物 ごはん	豚肉の塩ダレ炒め ナスのオランダ煮 キャベツのレモンポン酢 フルーツ 漬物 ごはん	鶏肉の西京焼 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	牛肉コロッケ 菜の花とベーコンの炒め物 カニの酢の物 フルーツ 漬物 ごはん	白身魚の煮付け 五目豆腐煮 うまい菜のピーナツ和え フルーツ 漬物 ごはん	揚げ鶏の生姜風味 牛肉のきんぴら ほうれん草のごま味噌和え フルーツ 漬物 ごはん	鯖の照焼 五目煮豆 白菜の生姜醤油和え フルーツ 漬物 ごはん
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	530kcal 12.5g 12.6g 2.03g	555kcal 21.4g 11.9g 2.43g	634kcal 24.3g 19.1g 2.25g	577kcal 12.3g 13.1g 1.86g	439kcal 19.7g 3.1g 1.39g	740kcal 22.9g 26.8g 3.16g	600kcal 27.4g 14.4g 1.63g
	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)			
	たれかつ いもっこ煮 キャベツとハムの和風味 フルーツ 漬物 ごはん	赤魚の照焼 ひじきと挽肉の炒め物 柚子大根 フルーツ 漬物 ごはん	チーズコロッケ 白菜の煮浸し 大根と青菜のピーナツ和え フルーツ 漬物 ごはん	味噌メンチカツ 切昆布とさつま芋の旨煮 うまい菜のおかか和え フルーツ 漬物 ごはん			
Kcal 蛋白質 脂質 食塩	591kcal 21.0g 12.5g 2.17g	482kcal 22.2g 4.9g 2.07g	508kcal 10.8g 8.1g 2.21g	631kcal 15.7g 16.2g 2.10g			

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