



★は、ディスプレイのお弁当の日です。

令和4年10月献立表

エ:エネルギー
たん:たんぱく質
脂:脂質

有限会社 こうじや 工場長 布施 清

※揚げ油には、えび・かに・卵の成分が含まれます。

029-305-5104

日付	献立(アレルゲン)		日付	献立(アレルゲン)		日付	献立(アレルゲン)	
3 (月)	キーマカレー (乳・小麦・リンゴ・ヤマイモ) 福神漬 三色お浸し ヨーグルトゼリー (乳)	乳・小麦・リンゴ・ ヤマイモ エ:776 たん:22.2 脂:13.9	13 (木)	ごはん 鯖の塩焼き 肉団子のチリソース (乳・小麦) ひじき煮 (卵) 大根サラダ (卵) しば漬 里芋の味噌汁	卵・乳・小麦 エ:718 たん:26.3 脂:17.0	24 (月)	チキンカレー (乳・小麦・ヤマイモ) 福神漬 小松菜と海苔の和え物 リンゴゼリー (リンゴ)	乳・小麦・ヤマイ モ・リンゴ エ:820 たん:20.5 脂:12.3
4 (火)	ごはん 八宝菜 にら鱈頭 (小麦) 焼き鳥 わかめサラダ たくあん じゃがいもの味噌汁	小麦 エ:738 たん:23.5 脂:17.6	14 (金)	カレーうどん (乳・小麦・ヤマイモ) 鶏肉のスパイス焼き (乳・小麦) もち巾着 タラモサラダ (卵・小麦) ごま塩ご飯 しば漬	卵・乳・小麦・ヤマ イモ エ:949 たん:34.0 脂:32.8	25 (火)	ごはん 白身魚の塩焼 肉野菜巻き 切り干し大根のオイスターソース炒め (小麦・エ ビ) 大学芋 きゅうり漬 豆腐の味噌汁	小麦・エビ・ エ:696 たん:23.5 脂:10.2
5 (水)	ごはん ホッケの塩焼き 肉野菜炒め 干草焼 (卵) キャベツの塩昆布和え しば漬 豆腐の味噌汁	卵 エ:666 たん:24.5 脂:9.6	17 (月)	ポークカレー (乳・小麦・ヤマイモ) ナムル 福神漬	乳・小麦・ヤマイモ エ:752 たん:17.6 脂:15.8	26 (水)	ごはん 麻婆豆腐 しゅうまい (乳・小麦) チヂミ (卵・小麦・エビ) パンパンジー (卵) 桜漬 白菜の味噌汁	卵・乳・小麦・エビ エ:843 たん:26.2 脂:19.7
★ 6 (木)	ごはん ハンバーグ (乳・小麦) ナポリタン (小麦) カップグラタン (乳・小麦) かぼちゃサラダ (卵) キャベツの味噌汁	卵・乳・小麦 エ:926 たん:28.1 脂:25.9	18 (火)	ごはん 肉と野菜の生姜炒め 揚げ出し豆腐 (小麦) くわい入りつくね (乳・小麦) 小松菜ときのこのお浸し たくあん オクラの味噌汁	乳・小麦 エ:710 たん:25.2 脂:13.4	★ 27 (木)	ごはん からあげ (卵・小麦) エビフライ (卵・小麦・エビ) (ソース:リン ゴ) 和風スパゲッティ (小麦) キャベツとツナサラダ 高野豆腐の味噌汁	卵・小麦・エビ・リン ゴ エ:857 たん:31.5 脂:22.7
7 (金)	味噌ラーメン (小麦) (もやし・コーン・メン マ) ポパイソテー (卵・乳・小麦) 卵ふりかけご飯 (卵・乳・小麦)	卵・乳・小麦 エ:726 たん:24.5 脂:12.7	19 (水)	ごはん 豚肉とピーマンの味噌炒め 豆腐ハンバーグ (卵・乳・小麦) ツナごぼうサラダ (卵) オムレツ (卵) しば漬 白菜の味噌汁	卵・乳・小麦 エ:873 たん:25.5 脂:30.7	28 (金)	山菜うどん (小麦) 白身魚の天ぷら (小麦) もちもち肉みそフライ (乳・小麦) 春雨の酢の物 (卵) かつおふりかけご飯 (乳・小麦) わらび餅	乳:小麦 エ:942 たん:24.3 脂:18.8
11 (火)	ごはん チーズメンチカツ (卵・乳・小麦) (ソース:リン ゴ) 肉野菜炒め (エビ) イクステーキ キャベツサラダ つぼ漬 お麩の味噌汁 (小麦)	給:934 たん:25.6 脂:26.2	20 (木)	ごはん 蓮根のはさみ揚げ (小麦) コロック (乳・小麦) (ソース:リンゴ) ほうれん草のうめかつお和え 切り干し大根の煮物 桜漬 もやしの味噌汁	乳・小麦・リンゴ エ:722 たん:15.9 脂:16.1	31 (月)	ハヤシライス (乳・小麦・バナナ・リンゴ) きのこサラダ オレンジゼリー (オレンジ)	乳・小麦・バナナ・ リンゴ・オレンジ エ:742 たん:17.4 脂:16.6
12 (水)	ごはん 照り焼きハンバーグ (乳・小麦) キャベツの肉みそ炒め 辛し和え 厚焼卵 (卵) 桜漬 大根の味噌汁	卵・乳・小麦 エ:700 たん:22.4 脂:17.6	21 (金)	五目うどん (小麦) 親子煮 (卵) 野菜天 (卵・小麦) もやしのおかか和え つぼ漬 鮭ふりかけご飯 (乳・小麦)	卵・乳・小麦 エ:741 たん:28.5 脂:14.5			