



管理栄養士の

バランス弁当500円



令和7年 9月の献立



時間厳守
でお願い致します。

ご注文は、74-201・202・203

当日の10:45まで

お釣りが必要な方は
注文時にお申し出ください。

*ごはん大盛りは+50円

*(白ご飯の場合+)

月	火	水	木	金	土
1 ● 白ごはん ● サバの香草焼き ● 野菜炒め ● ブロッコリー胡麻和え ● 人参しりしり ● 里芋つくね煮 610kcal 2.5g	2 ● 白ごはん ● サワラの西京焼き ● 豚肉とごぼうのきんぴら風 ● 長芋の磯辺揚げ ● ブロッコリーと大豆のピリ辛和え ● 切干大根煮 634kcal 4.4g	3 ● 白ごはん ● 豚いんげん茄子炒め ● 豆腐の梅ソース ● かぼちゃとさつま芋のサラダ ● キャベツの昆布和え ● きんぴらごぼう 638kcal 2.9g	4 ● 白ごはん ● サバ竜田の野菜あんかけ ● 鶏肉ときこの塩麹炒め ● 海藻酢の物 ● 赤色野菜のナムル ● ひじき大豆煮 613kcal 3.0g	5 ● わかめごはん ● タラと野菜のカレー風味 ● 鶏肉と長芋の醤油炒め ● 根菜と豆のサラダ ● 大根のマリネ ● 高野豆腐 590kcal 2.6g	6 お休み
8 ● 白ごはん ● 豚肉とイカの塩炒め ● 鶏唐和風あん ● 芋コロサラダ ● ほうれん草ナムル ● 大根煮 644kcal 3.1g	9 ● 白ごはん ● サバの香草焼き ● 野菜炒め ● ブロッコリー胡麻和え ● 人参しりしり ● 里芋つくね煮 610kcal 2.5g	10 ● 白ごはん ● サバ竜田の野菜あんかけ ● 鶏肉ときこの塩麹炒め ● 海藻酢の物 ● 赤色野菜のナムル ● ひじき大豆煮 613kcal 3.0g	11 ● 白ごはん ● タラと野菜のカレー風味 ● 鶏肉と長芋の醤油炒め ● 根菜と豆のサラダ ● 大根のマリネ ● 高野豆腐 587kcal 2.3g	12 ● ごま昆布ごはん ● サワラの西京焼き ● 豚肉とごぼうのきんぴら風 ● 長芋の磯辺揚げ ● ブロッコリーと大豆のピリ辛和え ● 切干大根煮 640kcal 4.7g	13 お休み
15 敬老の日 お休み	16 ● 白ごはん ● タラと野菜のカレー風味 ● 鶏肉と長芋の醤油炒め ● 根菜と豆のサラダ ● 三色和え ● 高野豆腐 601kcal 2.3g	17 ● 白ごはん ● 豚肉とイカの塩炒め ● 鶏唐和風あん ● 芋コロサラダ ● ほうれん草ナムル ● 大根煮 644kcal 3.1g	18 ● 白ごはん ● サバの香草焼き ● 野菜炒め ● ブロッコリー胡麻和え ● 人参しりしり ● 里芋つくね煮 610kcal 2.5g	19 ● ゆかりごはん ● サバ竜田の野菜あんかけ ● 鶏肉ときこの塩麹炒め ● 海藻酢の物 ● 赤色野菜のナムル ● ひじき大豆煮 615kcal 3.5g	20 お休み
22 ● 白ごはん ● サワラの西京焼き ● 豚肉とごぼうのきんぴら風 ● 長芋の磯辺揚げ ● ブロッコリーと大豆のピリ辛和え ● 切干大根煮 634kcal 4.4g	23 ● 白ごはん ● 豚肉とイカの塩炒め ● 鶏唐和風あん ● 芋コロサラダ ● ほうれん草ナムル ● 大根煮 644kcal 3.1g	24 ● 白ごはん ● タラと野菜のカレー風味 ● 鶏肉と長芋の醤油炒め ● 根菜と豆のサラダ ● 三色和え ● 高野豆腐 601kcal 2.3g	25 ● 白ごはん ● 豚いんげん茄子炒め ● 豆腐の梅ソース ● かぼちゃとさつま芋のサラダ ● キャベツの昆布和え ● きんぴらごぼう 638kcal 2.9g	26 ● きのごはん ● サバの香草焼き ● 野菜炒め ● ブロッコリー胡麻和え ● 人参しりしり ● 里芋つくね煮 619kcal 3.7g	27 ● 白ごはん ● サバ竜田の野菜あんかけ ● 鶏肉ときこの塩麹炒め ● 海藻酢の物 ● 赤色野菜のナムル ● ひじき大豆煮 613kcal 3.0g
29 ● 白ごはん ● 豚いんげん茄子炒め ● 豆腐の梅ソース ● かぼちゃとさつま芋のサラダ ● キャベツの昆布和え ● きんぴらごぼう 638kcal 2.9g	30 ● 白ごはん ● サバ竜田の野菜あんかけ ● 鶏肉ときこの塩麹炒め ● 海藻酢の物 ● 赤色野菜のナムル ● ひじき大豆煮 613kcal 3.0g				

ボリュームたっぷり
別メニューあります！

☆鶏唐コンビ弁当
600円 986Kcal

☆生姜焼き弁当
600円 837kcal

☆豚カツ弁当
600円 950Kcal

☆カツ玉丼
490円 759Kcal

☆とり玉丼
490円 800Kcal

☆カレーライス
430円 593Kcal

☆750円弁当
前日14時までにご注文下さい



■お米は国産米を使用。

■食材の都合によりメニューの一部を変更させていただく場合があります。ご了承下さい。

■食品衛生上、涼しい場所に保管の上、消費期限内にお召し上がりください。

■電子レンジ対応の容器を使用しています。