

2025年4月献立表



村上給食株式会社



1日(火)					2日(水)					3日(木)					4日(金)														
春巻・焼売					チキンカツ					つくね					スパイスチキン														
チンゲン菜のお浸し 切干大根煮 その他					小松菜と麩の煮浸し 春雨とくらげの中華和え その他					いんげんとかに身の旨煮 オクラのおかか和え その他					人参の昆布和え 白菜のごま和え その他														
熱量	289	Kcal	蛋白	7.0	g	熱量	281	Kcal	蛋白	10.9	g	熱量	303	Kcal	蛋白	11.3	g	熱量	442	Kcal	蛋白	24.7	g						
脂質	12.1	g	塩分	1.7	g	脂質	14.6	g	塩分	2.2	g	脂質	13.5	g	塩分	1.6	g	脂質	23.2	g	塩分	1.5	g						
7日(月)					8日(火)					9日(水)					10日(木)					11日(金)									
煮込みハンバーグ					白身魚フライ・柱フライ					大豆ミートのピビンバ風					ミンチカツ					チヂミ・肉団子									
ワカメの生姜和え いんげんとツナのソテー その他					ほうれん草のソテー 人参のピーナッツ和え その他					大根の煮物 もやしのゆかり和え その他					マカロニナポリタン ピーマンと揚げの甘辛炒め その他					小松菜の辛子和え こんにゃくと竹輪の炒り煮 その他									
熱量	354	Kcal	蛋白	18.1	g	熱量	303	Kcal	蛋白	13.0	g	熱量	218	Kcal	蛋白	11.3	g	熱量	380	Kcal	蛋白	12.7	g	熱量	220	Kcal	蛋白	8.0	g
脂質	12.2	g	塩分	3.9	g	脂質	12.8	g	塩分	3.1	g	脂質	6.8	g	塩分	2.7	g	脂質	20.3	g	塩分	2.7	g	脂質	8.9	g	塩分	2.3	g
14日(月)					15日(火)					16日(水)					17日(木)					18日(金)									
ハムマヨサラダフライ					豆腐ハンバーグ和風あんかけ					大豆ミートのハッシュドビーフ風					田楽					エビカツのオーロラソース									
金平ごぼう 揚天煮 その他					オクラのわさび醤油和え キャベツと人参の甘酢和え その他					もやしのカレーソテー 竹の子とピーマンの金平 その他					ハリハリサラダ ワカメとえのきの酢の物 その他					菜の花のお浸し 角揚げ煮 その他									
熱量	306	Kcal	蛋白	13.1	g	熱量	238	Kcal	蛋白	8.9	g	熱量	312	Kcal	蛋白	9.4	g	熱量	287	Kcal	蛋白	11.4	g	熱量	310	Kcal	蛋白	12.9	g
脂質	11.9	g	塩分	3.0	g	脂質	9.1	g	塩分	2.3	g	脂質	18.2	g	塩分	2.6	g	脂質	11.7	g	塩分	3.3	g	脂質	15.1	g	塩分	2.7	g
21日(月)					22日(火) おすすめ					23日(水)					24日(木)					25日(金)									
トンカツ					チキン南蛮					コーンフライ					照焼きハンバーグ					大豆ミート焼肉・鉄板餃子									
炒り豆腐 コーンの甘辛煮 その他					オクラのおかか和え 三角厚揚げ煮 その他					マカロニサラダ 枝豆のひすい煮 その他					れんこんの甘辛煮 チンゲン菜の辛子醤油和え その他					もやしナムル 小松菜のぬた和え その他									
熱量	320	Kcal	蛋白	13.0	g	熱量	480	Kcal	蛋白	25.1	g	熱量	314	Kcal	蛋白	11.2	g	熱量	240	Kcal	蛋白	14.2	g	熱量	232	Kcal	蛋白	10.0	g
脂質	19.3	g	塩分	1.4	g	脂質	26.3	g	塩分	1.3	g	脂質	15	g	塩分	1.7	g	脂質	6.6	g	塩分	3.0	g	脂質	7.9	g	塩分	1.7	g
28日(月)					29日(火)					30日(水)					<p>春風に誘われて外出の機会も多くなるこの頃、花冷えの日もありますので引き続き体調管理には気を付けてお過ごしください。</p> <p>4月のおすすめは22日のチキン南蛮です。スパイシーなチキンに自家製タルタルソースをのせた食べ応えのある一品です</p> <p>今年度もどうぞよろしくお願いいたします。</p> <p>たくさんの注文をお待ちしております。</p> 														
オムレツ					昭和の日					ハムカツ・ミニハンバーグ																			
もやしとさつま揚げのソテー 肉団子 その他										うぐいす豆 金平ごぼう その他																			
熱量	226	Kcal	蛋白	12.7	g						熱量	343	Kcal	蛋白	11.3	g													
脂質	6.8	g	塩分	3.1	g						脂質	15.8	g	塩分	1.9	g													

★土曜日はお任せ弁当となっております。