

2025年1月献立表



村上給食株式会社

新年あけましておめでとうございます。
 去年は格別のご温情を賜り、厚く御礼申し上げます。
 本年もお客様にお喜び頂けるお食事が提供できるよう
 努力してまいりますので、何卒昨年同様のご愛顧を賜りますよう
 本年も宜しくお願い申し上げます。
 1月のおすすめは6日の味噌ポークカツで、
 信州味噌仕込みのご飯が進む味わいです。

6日(月)					7日(火)					8日(水)					9日(木)					10日(金)									
味噌ポークカツ					のり弁風					おでん					ねぎ塩鶏カツ					ハンバーグオニオンソース									
ひじきと大豆の煮物 大根の煮物 その他					若竹煮 れんこんのカレー炒め その他					マカロニナポリタン 細切高野とほうれん草の胡麻和え その他					ハリハリサラダ コーンソテー その他					味噌金平 チンゲン菜のわさび和え その他									
熱量	296	Kcal	蛋白	11.5	g	熱量	273	Kcal	蛋白	13.2	g	熱量	227	Kcal	蛋白	11.3	g	熱量	349	Kcal	蛋白	15.2	g	熱量	357	Kcal	蛋白	17.5	g
脂質	13.4	g	塩分	2.7	g	脂質	6.1	g	塩分	2.8	g	脂質	8.5	g	塩分	2.7	g	脂質	15.4	g	塩分	2.1	g	脂質	15.1	g	塩分	3.3	g
13日(月)					14日(火)					15日(水)					16日(木)					17日(金)									
成人の日					大豆ミートチャプチェ					アジフライのタルタルソースかけ					豆腐ハンバーグ照焼きソース					鶏肉の唐揚げ									
					小松菜と麩の甘辛煮 大根とカニカマの煮物 その他					チンゲン菜のわさび和え 切干大根煮 その他					ピーマンのごま和え 大豆サラダ その他					マカロニカレーソテー 菜の花の辛子和え その他									
熱量	292	Kcal	蛋白	10.1	g	熱量	294	Kcal	蛋白	13.7	g	熱量	346	Kcal	蛋白	14.2	g	熱量	360	Kcal	蛋白	20.2	g						
脂質	10.6	g	塩分	2.4	g	脂質	14.3	g	塩分	2.7	g	脂質	17	g	塩分	2.7	g	脂質	18.7	g	塩分	2.1	g						
20日(月)					21日(火)					22日(水)					23日(木)					24日(金)									
コーンフライ・肉団子					煮込みハンバーグ					チキンカツ					大豆ミート焼肉・棒餃子					エビカツのオーロラソース									
ビーフン炒め チンゲン菜のごま和え その他					ひじき生姜 いんげんのピーナッツ和え その他					ごぼうのごまおかか和え 菜の花の辛子和え その他					和風スパゲティー 切干大根とツナの煮物 その他					ほうれん草のごま和え もやしソテー その他									
熱量	313	Kcal	蛋白	7.5	g	熱量	295	Kcal	蛋白	15.6	g	熱量	350	Kcal	蛋白	15.1	g	熱量	263	Kcal	蛋白	10.6	g	熱量	266	Kcal	蛋白	12.1	g
脂質	17.8	g	塩分	1.8	g	脂質	8.9	g	塩分	3.0	g	脂質	19.2	g	塩分	1.7	g	脂質	7.8	g	塩分	3.7	g	脂質	12.6	g	塩分	3.0	g
27日(月)					28日(火)					29日(水)					30日(木)					31日(金)									
つくね・かぼちゃ天ぷら					カニクリームコロッケ					大豆ミート麻婆豆腐					ささみフライ					オムレツ・ハンバーグ									
切干大根のコチュジャン和え オクラと揚げの煮物 その他					スパゲティーナポリタン れんこんの磯和え その他					春雨と小松菜の中華胡麻和え ワカメとえのきの煮浸し その他					竹輪の炒め物 糸こんにゃくの金平 その他					いんげんのごま和え チンゲン菜の中華煮 その他									
熱量	266	Kcal	蛋白	12.7	g	熱量	263	Kcal	蛋白	7.0	g	熱量	191	Kcal	蛋白	7.6	g	熱量	258	Kcal	蛋白	14.1	g	熱量	298	Kcal	蛋白	13.9	g
脂質	15.2	g	塩分	1.9	g	脂質	9.6	g	塩分	2.4	g	脂質	5.4	g	塩分	3.1	g	脂質	12.1	g	塩分	2.6	g	脂質	11.5	g	塩分	3.6	g

★土曜日はお任せ弁当となっております。