

令和7年



11月

献立カレンダー

国産米を
使用しています

栄養成分表記はおかずのみの成分値です。
ご飯は、100gあたり168kcalです。

1
-土-



3
-月-

文化の日



4
-火-



白身魚の南蛮漬け

エネルギー335kcal / タンパク質12g / 脂質20.5g

5
-水-



カレーコロッケ

エネルギー361kcal / タンパク質6.8g / 脂質20.4g

6
-木-



唐揚げ マスタードソース

エネルギー482kcal / タンパク質18.1g / 脂質29.9g

7
-金-



ハンバーグ オーロラソース

エネルギー381kcal / タンパク質13.1g / 脂質20.6g

8
-土-



10
-月-



鯖の塩焼き

エネルギー437kcal / タンパク質13.3g / 脂質27.1g

11
-火-



鶏とキャベツの塩炒め

エネルギー218kcal / タンパク質8.9g / 脂質13.5g

12
-水-



チーズメンチカツ

エネルギー372kcal / タンパク質10.8g / 脂質19.9g

13
-木-



いわし天ぷら

エネルギー264kcal / タンパク質13g / 脂質11.7g

14
-金-



鶏の梅あんかけ

エネルギー326kcal / タンパク質16.8g / 脂質14.9g

15
-土-



17
-月-



白身フライ

エネルギー294kcal / タンパク質11g / 脂質17.1g

18
-火-



鶏と野菜の甘酢あん

エネルギー407kcal / タンパク質13g / 脂質21.4g

食中毒防止のご協力とお願い

笑顔と健康をお届けします。おいしい、楽しい、うれしい健康メニュー

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿度の多い場所へは置かないで下さい。
- 陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
- 材料入手の関係上、献立を多少変更する場合がございますのでご了承ください。

- 食数の変更は**午前8時30分**で打ち切らせていただきます。尚、ご連絡は間違い防止の為**FAX**でお願いします。
- お弁当の種類により、写真とは内容が異なる場合がございます。

「安心」「安全」「健康」をテーマにお弁当の販売と製造を中心とした総合食卓提案企業を目指します。

給食配達サービス

介護食在宅配食サービス

食堂給食業務委託サービス



株式会社

米吾 出雲事業所

出雲市小境町1700-30

TEL.0853-67-9739 FAX.0853-69-1585