

令和7年



12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
-月-



いわし蒲焼風

エネルギー300kcal / タンパク質11.8g / 脂質16.4g

2
-火-



カレーコロッケ

エネルギー343kcal / タンパク質6.3g / 脂質19.6g

3
-水-



豚と野菜の生姜炒め

エネルギー291kcal / タンパク質13.9g / 脂質8.8g

4
-木-



アジフライ

エネルギー434kcal / タンパク質15.1g / 脂質28g

5
-金-



ハンバーグ デミグラスソース

エネルギー295kcal / タンパク質10.9g / 脂質11.3g

6
-土-



8
-月-



肉じゃが

エネルギー352kcal / タンパク質12.7g / 脂質14.5g

9
-火-



白身フライ

エネルギー360kcal / タンパク質15.1g / 脂質24.5g

10
-水-



回鍋肉

エネルギー229kcal / タンパク質11.8g / 脂質6.9g

11
-木-



鶏の南蛮漬け

エネルギー410kcal / タンパク質13.5g / 脂質21.1g

12
-金-



ジャーマンポテトコロッケ

エネルギー245kcal / タンパク質7.2g / 脂質11.6g

13
-土-



15
-月-



鯖の竜田甘酢あん

エネルギー332kcal / タンパク質10g / 脂質16.3g

16
-火-



ハンバーグ マスタードソース

エネルギー393kcal / タンパク質11.9g / 脂質25.9g

17
-水-



ハムチーカツ

エネルギー218kcal / タンパク質7.3g / 脂質9.7g

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