

# 2021年4月献立表



### ～新年度スタート！年度の始まりは村上給食のお食事を～

2021年度がスタートしました。新たな場所・気持ちで業務や生活をされる方も多いのではないのでしょうか？  
今月の一押しメニューはダブルミンチカツです。

チーズインミンチカツと、ご飯との相性抜群の甘辛タレで味付けした2種類のミンチカツをお楽しみください！  
新入社員で初めてご喫食される方やご愛顧いただいているお客様にもご満足いただけるラインナップとなっております。  
たくさんのご注文をお待ちしております。



ボリューム満点  
ランチの定番メニュー



タラとマグロのあい盛り  
魚の旨みを感じられます



特製のテリヤキソースを  
たっぷりからめました！



今月の一押しメニュー！

5日(月)		6日(火)				7日(水)				8日(木)				9日(金)															
 トンカツ		点心盛合せ				のり弁風				鶏肉の甘辛和え				ミニおでん ホッケの塩焼き															
花さつまとれんこんの炊き合わせ オクラと揚げのお浸し その他		切干大根の中華風サラダ チンゲン菜の辛子醤油和え その他				もやしの胡麻酢和え ごぼうの肉みそ煮 その他				れんこん金平 三角厚揚げ煮 その他				スパゲティー野菜ソテー 野菜入り玉子焼き その他															
熱量 脂質	426 18.4	Kcal g	蛋白 塩分	16.2 2.8	g	熱量 脂質	341 19.6	Kcal g	蛋白 塩分	8.0 3.4	g	熱量 脂質	289 7.8	Kcal g	蛋白 塩分	17.6 3.4	g	熱量 脂質	470 30.9	Kcal g	蛋白 塩分	17.5 2.9	g	熱量 脂質	295 11.1	Kcal g	蛋白 塩分	19.6 3.6	g
12日(月)		13日(火)				14日(水)				15日(木)				16日(金)															
 白身フライとマグロカツ トマトソースかけ		スティックフライドチキン				カレーコロケ				肉団子と根菜の煮物				ハムカツ															
グラタン風 ピーマンの胡麻炒め その他		三色ナムル 椎茸とオクラの炊き合わせ その他				スパゲティーナポリタン 大豆マリネ その他				切干大根煮 竹輪の生姜天ぷら その他				和風ひじきスパゲティー がんも煮 その他															
熱量 脂質	437 20.2	Kcal g	蛋白 塩分	18.4 2.0	g	熱量 脂質	328 19.1	Kcal g	蛋白 塩分	13.4 3.2	g	熱量 脂質	336 13	Kcal g	蛋白 塩分	9.9 2.6	g	熱量 脂質	390 17.3	Kcal g	蛋白 塩分	12.9 4.2	g	熱量 脂質	284 12	Kcal g	蛋白 塩分	10.2 2.2	g
19日(月)		20日(火)				21日(水)				22日(木)				23日(金)															
 鶏肉の照焼き		アジフライ エスカベッシュソース				厚揚げの肉味噌あんかけ 寄揚げ				鶏肉の唐揚げ山椒風味				ハンバーグ・白身フライ															
さつま揚げとスナップエンドウの炊き合わせ ほうれん草のお浸し その他		五目金平 もやしの中華炒め その他				ハリハリサラダ 玉子焼 その他				スパゲティートマトソテー ひじきの炒め煮 その他				ワカメのナムル 菜の花の辛子和え その他															
熱量 脂質	551 34.6	Kcal g	蛋白 塩分	32.8 2.9	g	熱量 脂質	400 22.6	Kcal g	蛋白 塩分	14.2 3.1	g	熱量 脂質	293 12.5	Kcal g	蛋白 塩分	13.9 2.7	g	熱量 脂質	410 22.3	Kcal g	蛋白 塩分	18.8 2.2	g	熱量 脂質	286 11.2	Kcal g	蛋白 塩分	14.9 3.5	g
26日(月)		27日(火)				28日(水)				29日(水)				30日(金)															
 ダブルミンチカツ		厚揚げの野菜あんかけ ギョウザフライ				鶏肉の唐揚げ				昭和の日				サワラの唐揚げ															
ジャーマンポテト ほうれん草の胡麻和え その他		切干大根の洋風煮 いんげんの味噌和え その他				ソース焼そば 人参サラダ その他								大根と人参のあっさり煮 和風スパゲティー その他															
熱量 脂質	657 43.1	Kcal g	蛋白 塩分	17.5 1.2	g	熱量 脂質	300 8.3	Kcal g	蛋白 塩分	12.0 3.0	g	熱量 脂質	349 18.2	Kcal g	蛋白 塩分	16.7 2.3	g	熱量 脂質	339 21.5	Kcal g	蛋白 塩分	16.7 3.0	g	熱量 脂質	339 21.5	Kcal g	蛋白 塩分	16.7 3.0	g

★土曜日はお任せ弁当となっております。