

2024年12月献立表



村上給食株式会社

2日(月)					3日(火)					4日(水)					5日(木)					6日(金)									
春巻・焼売					照焼きハンバーグ					白身魚のオーロラソース					ミンチカツ					のり弁風									
春雨甘辛煮 ひじきの炒め煮 その他					ハリハリサラダ いんげんのたくあん和え その他					金平ごぼう 平天煮 その他					もやしのソテー 大根の煮物 その他					ゆかり和え 菜の花のごま和え その他									
熱量	302	Kcal	蛋白	6.5	g	熱量	291	Kcal	蛋白	16.2	g	熱量	266	Kcal	蛋白	16.0	g	熱量	295	Kcal	蛋白	10.8	g	熱量	351	Kcal	蛋白	16.8	g
脂質	17	g	塩分	2.0	g	脂質	9	g	塩分	2.6	g	脂質	12	g	塩分	2.9	g	脂質	16.2	g	塩分	2.3	g	脂質	10.7	g	塩分	2.4	g
9日(月)					10日(火)					11日(水)					12日(木)					13日(金)									
鶏肉の唐揚げ					大豆ミートの麻婆豆腐					牛肉コロッケ					豆腐ハンバーグ生姜あん					おでん									
人参の昆布和え 三色ナムル その他					ごぼうのピーナッツ和え がんも煮 その他					枝豆おかか和え 肉団子 その他					切干大根サラダ チンゲン菜のわさび和え その他					もやしとカニ身の酢の物 ほうれん草のソテー その他									
熱量	329	Kcal	蛋白	17.4	g	熱量	236	Kcal	蛋白	11.0	g	熱量	346	Kcal	蛋白	13.0	g	熱量	306	Kcal	蛋白	11.0	g	熱量	312	Kcal	蛋白	11.2	g
脂質	16.9	g	塩分	2.2	g	脂質	10.5	g	塩分	2.3	g	脂質	16.2	g	塩分	2.7	g	脂質	13.8	g	塩分	3.0	g	脂質	13.9	g	塩分	4.5	g
16日(月)					17日(火)					18日(水)					19日(木)					20日(金)									
タラフライ					オムレツ・ウインナー					玉子サラダフライ					大豆ミート焼肉					トンカツ									
ひじき生姜 大根と平天の煮物 その他					高野煮 菜の花のおかか和え その他					白菜の煮浸し 小松菜の辛子和え その他					竹輪とれんこんの炒り煮 ワカメと揚げの煮物 その他					こんにゃく煮 オクラのわさび和え その他									
熱量	301	Kcal	蛋白	12.8	g	熱量	230	Kcal	蛋白	11.5	g	熱量	264	Kcal	蛋白	11.4	g	熱量	286	Kcal	蛋白	9.5	g	熱量	335	Kcal	蛋白	13.0	g
脂質	14.8	g	塩分	1.8	g	脂質	8.3	g	塩分	2.6	g	脂質	11.2	g	塩分	1.3	g	脂質	11.8	g	塩分	2.4	g	脂質	19.7	g	塩分	1.7	g
23日(月)					24日(火)					25日(水)					26日(木)					27日(金)									
チーズササミフライ					ハンバーグ・エビフライ おすすめ					巾着と鶏だんごの炊き合わせ					イカカツ					大豆ミートのピビンバ風									
玉葱と麩の甘辛煮 スパゲティーペペロンチーノ その他					チンゲン菜の中華煮 ごぼうの甘辛煮 その他					ほうれん草のお浸し もやしのおかか和え その他					マカロニオーロラサラダ ひじきの炒め煮 その他					ピーナッツ和え いんげんとえのきの煮物 その他									
熱量	320	Kcal	蛋白	12.5	g	熱量	281	Kcal	蛋白	16.0	g	熱量	252	Kcal	蛋白	12.9	g	熱量	259	Kcal	蛋白	9.3	g	熱量	286	Kcal	蛋白	10.7	g
脂質	14.5	g	塩分	2.5	g	脂質	9.6	g	塩分	2.5	g	脂質	8	g	塩分	2.5	g	脂質	11.8	g	塩分	1.9	g	脂質	11.3	g	塩分	2.7	g
29日(月)					31日(火)					<div style="text-align: center;"> <p>今年も残すところあと1ヶ月となりました。 12月のおすすめは24日のハンバーグ・エビフライです。 クリスマスイヴにご褒美メニューで、心も満たしていただければ幸いです。 本年も村上給食をご利用いただき、誠にありがとうございました。 今後もお客様にご満足していただけるよう励んでまいりますので、 来年もよろしくお願ひ申し上げます。</p> </div>																			
お休み					お休み																								

★土曜日はお任せ弁当となっております。