

毎度、弊社の弁当をご愛顧いただきまして、誠にありがとうございます。

令和6年

11月献立表

※ご注文の変更は当日朝9時締切です。 ※献立は仕入れ等の都合により変更することがございます。

※ご飯のカロリーは並盛（250g）420kcal・小盛（180g）302kcalです。

単位 熱量kcal 蛋白質...g 脂質...g 糖質...g 新潟県産コシヒカリ使用

【月】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【火】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【水】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【木】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【金】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	【土】	熱量	蛋白質	脂質	糖質	塩分	
4日	休業日					5日	並 359	11.4	23.3	28.0	2.4	6日	並 299	13.8	18.0	18.7	1.9	7日	並 287	15.8	13.3	26.9	2.2	8日	並 735	14.9	16.1	127.5	3.9	9日	休業日					
							小盛 345	11.2	22.5	26.6	1.9		小盛 288	13.3	17.9	16.7	1.4		小盛 251	13.6	11.6	24.0	1.8													
	振替休日						メンチカツ 京風卵 ひじき煮						鶏唐揚げ 春雨ツナサラダ 牛蒡しめじ金平 <small>惣菜配達日</small>						たら天香り野菜 ミニ上野シューマイ 高野豆腐寄せ煮						カツカレー サラダ付											
11日	並 230	10.2	9.6	28.4	3.1	12日	並 225	15.2	10.2	17.9	1.7	13日	並 301	13.3	14.3	29.2	2.7	14日	並 273	13.9	12.0	27.6	2.5	15日	並 691	26.4	16.9	104.2	2.3	16日	並 165	12.7	4.8	18.5	2.4	
	小盛 214	8.5	10.6	24.0	2.5		小盛 201	12.9	8.9	17.2	1.3		小盛 297	13.0	14.2	28.5	2.3		小盛 264	13.7	11.4	26.9	2.0							小盛 163	12.6	4.8	18.0	1.9		
	サーモンフライ 黒酢肉団子 切昆布煮						さば塩焼き 銭麩磯辺天 豚肉の味噌炒め						豚天梅だれ 厚焼き卵 カレー煮 <small>惣菜配達日</small>						赤魚照焼き 竹輪カレー天 大根ビーフシチュー						お好み 釜飯丼						かれい蒸ゆずあん 枝豆腐蒸 芋スープ煮					
18日	並 321	14.0	18.3	26.2	2.3	19日	並 335	12.4	20.5	25.8	2.1	20日	並 323	17.6	19.3	20.0	2.4	21日	並 264	15.6	14.0	18.5	2.4	22日	並 708	19.4	20.1	107.1	2.8	23日	休業日					
	小盛 283	12.4	15.9	23.5	1.8		小盛 323	11.8	19.8	24.8	2.0		小盛 291	15.2	17.7	18.2	2.3		小盛 238	13.0	12.6	17.7	2.2													
	イカフライ プチバーグ がめ煮里芋						鶏カレー焼き 野菜コロッケ 大根炒め煮						かれい天揚げ煮 ポークウインナー 厚揚げうま煮 <small>惣菜配達日</small>						さば塩焼き えびカツ ツナ大根						ハンバーグ 釜飯						勤労感謝の日					
25日	並 229	12.6	12.4	18.6	2.0	26日	並 255	14.7	11.3	24.0	1.8	27日	並 327	12.9	14.7	36.9	4.0	28日	並 371	13.9	23.7	26.8	2.5	29日	並 616	19.8	12.2	102.9	2.9	30日	並 219	13.7	8.8	21.7	2.8	
	小盛 227	12.4	12.4	18.4	1.9		小盛 219	12.6	9.5	21.4	1.8		小盛 324	12.8	14.6	36.4	4.0		小盛 366	13.5	23.5	26.2	2.4							小盛 210	13.5	8.5	20.1	2.6		
	あじマスタード焼き カレーコロッケ ひじき豆煮						たら天甘酢あん チーズオムレツ ザーサイ和え						たれカツ ミニ上野シューマイ 大根、竹輪、人参煮 <small>惣菜配達日</small>						豚焼き肉 春巻き 野菜炒め						釜飯 山菜						ほっけ塩焼き 豆腐ハンバーグ 中華サラダ					

(株)ゆのたに 調理センター

☎ 025-792-1366

Fax 025-795-6088