

2025年11月3日(月) ～ 2025年11月30日(日)
汎建奈良製作所

A 定食	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
		ハムカツ 付) レタス コーン入りイカバーグ 千切煮 漬物 味噌汁 ご飯	鯖の塩焼き 付) キャバヅ オクラのおかか和え ーロハンバーグ 漬物 味噌汁 ご飯	チキン南蛮 付) レタス もやしの中華和え ちくわ甘辛炒め 漬物 味噌汁 ご飯	豚肉の生姜炒め 付) レタス ポテトサラダ ミニ春巻き 味噌汁 漬物 ご飯
		エネルギー 843kcal 食塩相当量 3.8g	エネルギー 706kcal 食塩相当量 2.3g	エネルギー 823kcal 食塩相当量 3.6g	エネルギー 899kcal 食塩相当量 5.8g
	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
	カレーコロッケ 付) キャバヅ ほうれん草のおかか和え フランクソテー 漬物 味噌汁 ご飯	豚キムチ 付) キャバヅ 春雨サラダ もちサクポテト 漬物 味噌汁 ご飯	☆健康増進メニュー☆ 白身魚のホイル焼き(10食限定) アジフライタルタルソース 付) レタス 小松菜のお浸し 高野の煮物 漬物 すまし汁 ご飯	鶏肉の甘辛チキン 付) レタス コールスロー ミニオムレツ 味噌汁 漬物 ご飯	肉団子の酢豚風 付) キャバヅ コーンコロッケ ナムル 中華スープ 漬物 ご飯
	エネルギー 800kcal 食塩相当量 3.4g	エネルギー 847kcal 食塩相当量 2.5g	エネルギー 668kcal 食塩相当量 2.5g エネルギー 828kcal 食塩相当量 3.3g	エネルギー 864kcal 食塩相当量 2.5g	エネルギー 834kcal 食塩相当量 4.2g
	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
	牛肉コロッケ 付) キャバヅ ビーフソテー ほうれん草の卵とじ 味噌汁 漬物 ご飯	鶏肉の唐揚げ 付) レタス マカロニサラダ レモン和え 味噌汁 漬物 ご飯	ぶりの照り焼き 付) キャバヅ 玉子焼 ちくわの磯辺揚げ 味噌汁 漬物 ご飯	焼肉風炒め 付) キャバヅ ジャンボシューマイ ごぼうの和風マヨサラダ 漬物 味噌汁 ご飯	マーボー春雨 付) キャバヅ 中華和え アジ紫蘇フライ 味噌汁 漬物 ご飯
	エネルギー 816kcal 食塩相当量 3.4g	エネルギー 810kcal 食塩相当量 3.9g	エネルギー 801kcal 食塩相当量 2.8g	エネルギー 824kcal 食塩相当量 3.0g	エネルギー 744kcal 食塩相当量 3.0g
	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
	メンチカツ 付) キャバヅ 白菜とあげの煮物 肉団子甘酢 味噌汁 漬物 ご飯	オイスター炒め 付) レタス 野菜サラダ チヂミ 味噌汁 漬物 ご飯	白身魚フライタルタルソース 付) レタス ハムステーキ ほうれん草のごま和え 味噌汁 漬物 ご飯	鶏肉のチリソース 付) レタス スパサラ 小松菜のツナ和え 味噌汁 漬物 ご飯	ハンバーグ(和風おろし) 付) レタス ひじき煮 野菜ソテー 味噌汁 漬物 ご飯
	エネルギー 809kcal 食塩相当量 3.4g	エネルギー 795kcal 食塩相当量 3.0g	エネルギー 765kcal 食塩相当量 2.9g	エネルギー 912kcal 食塩相当量 2.9g	エネルギー 840kcal 食塩相当量 4.4g

B 定食	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)
		豚丼 付) レタス 千切煮 漬物 味噌汁	かきあげうどん 付) キャバヅ ーロハンバーグ 漬物 ご飯	ビビンバ丼 付) レタス ちくわ甘辛炒め 漬物 味噌汁	塩ラーメン 付) レタス ミニ春巻き 漬物 ご飯
		エネルギー 760kcal 食塩相当量 3.4g	エネルギー 877kcal 食塩相当量 4.3g	エネルギー 775kcal 食塩相当量 3.2g	エネルギー 824kcal 食塩相当量 5.4g
	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)
	中華丼 付) キャバヅ ほうれん草のおかか和え 漬物 味噌汁	五目そば 付) キャバヅ もちサクポテト 漬物 ご飯	鶏天丼 付) レタス 高野の煮物 漬物 すまし汁	ポークハヤシライス 付) レタス コールスロー 漬物	温玉うどん 付) キャバヅ コーンコロッケ 漬物 ご飯
	エネルギー 724kcal 食塩相当量 3.3g	エネルギー 869kcal 食塩相当量 3.0g	エネルギー 732kcal 食塩相当量 3.9g	エネルギー 806kcal 食塩相当量 4.1g	エネルギー 881kcal 食塩相当量 3.8g
	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)
	親子丼 付) キャバヅ ビーフソテー 漬物 味噌汁		味噌ラーメン 付) キャバヅ ちくわの磯辺揚げ 漬物 ご飯	ソースカツ丼 付) キャバヅ ごぼうの和風マヨサラダ 漬物 味噌汁	カレーうどん 付) レタス アジ紫蘇フライ 漬物 ご飯
	エネルギー 792kcal 食塩相当量 3.1g		エネルギー 808kcal 食塩相当量 4.0g	エネルギー 776kcal 食塩相当量 3.8g	エネルギー 944kcal 食塩相当量 4.3g
	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
	高菜豚丼 付) レタス 白菜とあげの煮物 漬物 味噌汁	たぬきそば 付) キャバヅ チヂミ 漬物 ご飯	焼そば 付) レタス ハムステーキ 漬物 味噌汁 ご飯	エビカツ丼 付) キャバヅ 小松菜のツナ和え 漬物 味噌汁	
	エネルギー 691kcal 食塩相当量 3.8g	エネルギー 828kcal 食塩相当量 4.0g	エネルギー 858kcal 食塩相当量 3.8g	エネルギー 758kcal 食塩相当量 3.4g	

※仕入れの都合により、献立内容の変更をお願いする場合があります。