

2025年12月1日(月) ～ 2025年12月31日(水)
汎建奈良製作所

A 定 食	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	すき焼きコロッケ 付)レタス ちくわ甘辛炒め 干切煮 漬物 味噌汁 ご飯	チキンカツ 付)レタス マカロニサラダ 小松菜のお浸し 味噌汁 漬物 ご飯	白身魚の海苔マヨ焼き 付)キャベツ ピーナツ和え 高野の煮物 漬物 味噌汁 ご飯	豚肉のサムジャン炒め 付)レタス 昆布和え 餃子 漬物 味噌汁 ご飯	マーボー茄子 付)レタス もやし中華和え もちサクボテト 味噌汁 漬物 ご飯	
	エネルギー 748kcal 食塩相当量 3.6g	エネルギー 791kcal 食塩相当量 3.0g	エネルギー 729kcal 食塩相当量 2.9g	エネルギー 854kcal 食塩相当量 3.0g	エネルギー 829kcal 食塩相当量 3.2g	
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
	ハムカツ 付)キャベツ 白菜とあげの煮物 コーン入りイカバーグ 漬物 味噌汁 ご飯	ポークチャップ 付)キャベツ スバサラ ミニ春巻き 漬物 味噌汁 ご飯	★健康増進メニュー★ 鶏肉のパンパンジャー風(10食限定) アジフライタルタルソース 付)レタス 豆腐サラダ 金平ごぼう 味噌汁 ご飯	ベッパークリルチキン 付)レタス ほうれん草のマヨネーズ和え コーンコロッケ 味噌汁 漬物 ご飯	海老とポテトのオーロラ炒め 付)キャベツ ミニオムレツ ナムル 中華スープ 漬物 ご飯	
	エネルギー 823kcal 食塩相当量 3.2g	エネルギー 889kcal 食塩相当量 3.4g	エネルギー 711kcal 食塩相当量 1.8g エネルギー 815kcal 食塩相当量 2.6g	エネルギー 884kcal 食塩相当量 2.8g	エネルギー 831kcal 食塩相当量 3.5g	
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
	牛肉コロッケ 付)キャベツ ひじき煮 ジャンボシューマイ 味噌汁 漬物 ご飯	豚肉の塩ダレ炒め 付)キャベツ ーロハンバーグ ポン酢和え 漬物 味噌汁 ご飯	ぶりの照り焼き 付)キャベツ ー口とんかつ オクラのおかか和え 味噌汁 漬物 ご飯	鶏肉の唐揚げ 付)レタス ほうれん草の卵とし レモン和え 味噌汁 漬物 ご飯	肉団子の酢豚風 付)キャベツ 春雨サラダ ミートコロッケ 味噌汁 漬物 ご飯	
	エネルギー 811kcal 食塩相当量 3.1g	エネルギー 757kcal 食塩相当量 3.9g	エネルギー 756kcal 食塩相当量 2.6g	エネルギー 911kcal 食塩相当量 3.6g	エネルギー 863kcal 食塩相当量 4.1g	
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
	メンチカツ 付)キャベツ ビーフンソテー ハムステーキ 味噌汁 漬物 ご飯	豚キムチ 付)レタス コールスロー チヂミ 味噌汁 漬物 ご飯	白身フライタルタルソース 付)キャベツ チンゲン菜のごま和え 肉団子甘酢 味噌汁 漬物 ご飯	★クリスマス★ フライドチキン 付)レタス 手作りツナボテサラ 野菜サラダ 味噌汁 漬物 ご飯	マーボー春雨 付)レタス 中華和え ちくわの磯辺揚げ 味噌汁 漬物 ご飯	ハンバーグ(照り焼き) 付)キャベツ 玉子焼 スパソテー 味噌汁 漬物 ご飯
	エネルギー 842kcal 食塩相当量 4.2g	エネルギー 778kcal 食塩相当量 2.9g	エネルギー 782kcal 食塩相当量 2.8g	エネルギー 851kcal 食塩相当量 2.8g	エネルギー 817kcal 食塩相当量 3.3g	エネルギー 891kcal 食塩相当量 4.4g

B 定 食	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
	醤油ラーメン 付)レタス ちくわ甘辛炒め 漬物 ご飯		おろし塩豚丼 付)キャベツ 高野の煮物 漬物 味噌汁	チキンカレー 付)レタス 昆布和え 漬物	鶏天あんかけうどん 付)レタス もやし中華和え 漬物 ご飯	
	エネルギー 727kcal 食塩相当量 2.8g		エネルギー 768kcal 食塩相当量 2.6g	エネルギー 817kcal 食塩相当量 5.7g	エネルギー 848kcal 食塩相当量 4.9g	
	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
	親子丼 付)キャベツ 白菜とあげの煮物 漬物 味噌汁	たぬきそば 付)キャベツ ミニ春巻き 漬物 ご飯	ソースカツ丼 付)レタス 金平ごぼう 味噌汁	豚骨ラーメン 付)レタス コーンコロッケ 漬物 ご飯	高菜豚丼 付)キャベツ ナムル 漬物 中華スープ	
	エネルギー 767kcal 食塩相当量 2.5g	エネルギー 855kcal 食塩相当量 3.9g	エネルギー 776kcal 食塩相当量 3.6g	エネルギー 759kcal 食塩相当量 4.4g	エネルギー 695kcal 食塩相当量 3.1g	
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
	マーボー丼 付)キャベツ ひじき煮 漬物 味噌汁	温玉うどん 付)キャベツ ーロハンバーグ 漬物 ご飯	エビカツ丼 付)キャベツ オクラのおかか和え 漬物 味噌汁		塩ラーメン 付)レタス ミートコロッケ 漬物 ご飯	
	エネルギー 775kcal 食塩相当量 3.8g	エネルギー 888kcal 食塩相当量 3.9g	エネルギー 1203kcal 食塩相当量 2.5g		エネルギー 812kcal 食塩相当量 5.6g	
	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
	焼そば 付)レタス ハムステーキ 漬物 味噌汁 ご飯	かき揚げ丼 付)キャベツ コールスロー 漬物 ご飯	ピピンバ丼 付)キャベツ 肉団子甘酢 漬物 味噌汁		五目そば 付)レタス ちくわの磯辺揚げ 漬物 ご飯	
	エネルギー 373kcal 食塩相当量 3.9g	エネルギー 1179kcal 食塩相当量 2.1g	エネルギー 803kcal 食塩相当量 2.8g		エネルギー 842kcal 食塩相当量 3.2g	

※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。