

2026年5月 メニュー表

| 成分表示 | |
|-------|-------|
| エネルギー | たんぱく質 |
| 脂質 | 炭水化物 |
| 食塩相当量 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|--|---------------|----------------|-----------------|---------|------------------|------------|----------------|-------------|-------------------|-------|------------------|--------|------|--|
| 朝食 | ● 材料入手の関係でメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。 ● 届きました惣菜は、冷蔵庫へ入れて保管してください。 ● は温めてお召し上がりください。(カレー・丼は1人前150g) ● 麺のつゆは、1人前あたり300mlの水で薄めて温めてお召し上がりください。 ● ご注文は、月～金にいただきますようお願いいたします。 | | | | 5月1日(金) | | 5月2日(土) | | 5月3日(日) | | | | | | |
| | 筑前煮 | | 竹の子と牛肉のオイスター炒め | | 野菜キッシュ | | 明太子スパゲティ | | | | | | | | |
| | 青梗菜のごま和え | | 南瓜サラダ | | | | | | | | | | | | |
| | 96kcal | 7.3g | 113kcal | 6.6g | 177kcal | 9.4g | | | | | | | | | |
| 2.6g | 12.8g | 3.7g | 16.6g | 8.0g | 19.6g | | | | | | | | | | |
| 0.8g | | 0.9g | | 1.0g | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | 豚肉のねぎ塩だれ炒め | | とんかつおろしポン酢 | | ますの香草焼き | | 玉ねぎのピピンバ炒め | | 大根とちくわの炒め煮 | | | | | | |
| | なすの煮びたし | | もやしのソテー | | | | | | | | | | | | |
| | 牛蒡サラダ | | 焼きうどん | | | | | | | | | | | | |
| | 505kcal | 12.2g | 363kcal | 14.2g | 224kcal | 16.0g | | | | | | | | | |
| 45.6g | 17.5g | 20.4g | 30.2g | 14.1g | 10.8g | | | | | | | | | | |
| 1.4g | | 1.7g | | 1.6g | | | | | | | | | | | |
| 夕食 | さばの味噌煮 | | 肉じゃが | | 鶏天 | | イカと野菜の炒め物 | | ほうれん草の黒ゴマ和え | | | | | | |
| | 焼ビーフン | | キャベツのカレーソテー | | | | | | | | | | | | |
| | 白菜とエビの塩だれ炒め | | 枝豆コーンのタルタル和え | | | | | | | | | | | | |
| | 244kcal | 18.8g | 412kcal | 24.4g | 355kcal | 13.9g | | | | | | | | | |
| 11.4g | 15.1g | 22.4g | 34.5g | 24.5g | 20.8g | | | | | | | | | | |
| 1.7g | | 2.1g | | 1.6g | | | | | | | | | | | |
| 5月4日(月) | | 5月5日(火) | | 5月6日(水) | | 5月7日(木) | | 5月8日(金) | | 5月9日(土) | | 5月10日(日) | | | |
| マカロニのカレーソテー | | てりやきつくね | | おまかせメニュー | | | | 鮭の塩焼き | | ひじきの煮物 | | | | | |
| 菜の花のトロろ和え | | 野菜のスタミナ炒め | | | | | | 116kcal | | 14.4g | | 3.3g | | 9.4g | |
| 94kcal | 4.5g | 195kcal | 11.8g | | | | | 0.5g | | | | | | | |
| 1.9g | 16.5g | 13.4g | 8.4g | | | | | | | | | | | | |
| 0.3g | | 0.8g | | | | | | | | | | | | | |
| 豚肉と春雨の炒め物 | | 甘辛ソースメンチカツ | | | | | | 牛ごぼう丼 | | アスパラと玉ねぎのガーリックソテー | | | | | |
| さつまいもの甘辛炒め | | しめじのバター醤油炒め | | | | | | コーンコロッケ | | | | | | | |
| 小松菜のコチュジャン和え | | 切干大根の洋風煮 | | | | | | 333kcal | | 18.8g | | | | | |
| 176kcal | 10.7g | 242kcal | 10.2g | | | | | 18.4g | | 29.7g | | | | | |
| 9.1g | 14.9g | 10.4g | 27.9g | | | | | 1.5g | | | | | | | |
| 1.7g | | 1.3g | | | | | | | | | | | | | |
| あじの香味焼き | | さごしの味噌マヨ焼き | | かき揚げそば | | ホッケのバター醤油焼き | | 鶏肉の竜田青じそ風味 | | ぶりの煮付け | | 白身フライ | | | |
| にんじんのごまみそ炒め | | 青梗菜のピーナッツ和え | | キャベツとちくわのバター炒め | | ウィンナーと野菜のトマトチーズ煮 | | 山菜焼きうどん | | 青梗菜のオイスター炒め | | こんにゃくとかまぼこのピリ辛和え | | | |
| れんこんと海老のチリソース炒め | | オクラのトマト煮 | | さつまいものハニーミルク煮 | | 小松菜のごま和え | | たまねぎとえのきのあっさり煮 | | オクラとじゃこの和え物 | | カリフラワーのゆかり和え | | | |
| 161kcal | 17.4g | 242kcal | 13.7g | 378kcal | 16.6g | 262kcal | 13.6g | 381kcal | 12.5g | 172kcal | 16.6g | 140kcal | 63.7g | | |
| 11.3g | 14.4g | 17.5g | 10.5g | 10.3g | 56.8g | 10.3g | 14.8g | 16.2g | 29.8g | 12.3g | 12.5g | 81.3g | 108.4g | | |
| 1.3g | | 2.0g | | 2.3g | | 1.8g | | 2.5g | | 2.1g | | 1.5g | | | |
| 5月11日(月) | | 5月12日(火) | | 5月13日(水) | | 5月14日(木) | | 5月15日(金) | | | | | | | |
| かぼちゃキッシュ | | ネギと鮭のマカロニパスタ | | 納豆 | | 大豆のカレー炒め | | じゃがいものうま塩煮 | | | | | | | |
| キャベツのお浸し | | 高菜オムレツ | | 小松菜の煮浸し | | もやしとわかめのナムル | | 菜の花の辛子和え | | | | | | | |
| 54kcal | 4.3g | 154kcal | 9.0g | 70kcal | 5.9g | 167kcal | 6.9g | 76kcal | 5.2g | | | | | | |
| 4.0g | 1.9g | 6.1g | 17.1g | 2.7g | 6.8g | 12.4g | 9.6g | 0.7g | 13.6g | | | | | | |
| 0.3g | | 0.6g | | 0.4g | | 0.5g | | 0.6g | | | | | | | |
| さごしの竜田香味だれ | | 豚肉と白菜の味噌炒め | | 鶏ささみ大葉チーズロールフライ | | メバルのタルタル焼き | | 牛肉と竹の子のオイスター炒め | | | | | | | |
| いんげんのオイスター炒め | | イカマリネ | | ピーマンとえのきのあっさり煮 | | 茄子のミートソース | | 青梗菜のわさび和え | | | | | | | |
| 春雨中華サラダ | | 大根としんじょの炊き合わせ | | 揚げ茄子のポン酢和え | | 鶏と大根の炊き合わせ | | チヂミ | | | | | | | |
| 247kcal | 13.4g | 259kcal | 15.0g | 327kcal | 8.6g | 273kcal | 14.9g | 173kcal | 9.9g | | | | | | |
| 15.1g | 16.5g | 16.0g | 15.7g | 26.3g | 18.2g | 19.1g | 14.3g | 6.3g | 19.4g | | | | | | |
| 1.2g | | 1.6g | | 1.8g | | 1.6g | | 1.7g | | | | | | | |
| バーベキューチキン | | カレー | | さばのみぞれ煮 | | 豚バラキムチ炒め | | ますのレモンバタームニエル | | | | | | | |
| もやしのナムル | | ほうれん草のごま和え | | れんこんとちくわの生姜煮 | | ブロッコリーのおかか和え | | 小松菜のピピンバ炒め | | | | | | | |
| じゃが芋のカレーそぼろ煮 | | あじ大葉フライ | | チンゲン菜のお浸し | | グリーンピースとパプリカのソテー | | 金平れんこん | | | | | | | |
| 305kcal | 16.7g | 365kcal | 13.6g | 187kcal | 15.6g | 343kcal | 16.2g | 233kcal | 13.9g | | | | | | |
| 12.2g | 34.0g | 22.4g | 32.7g | 8.8g | 10.7g | 26.6g | 16.6g | 12.9g | 18.8g | | | | | | |
| 2.5g | | 2.7g | | 2.3g | | 2.4g | | 1.9g | | | | | | | |

2026年5月 メニュー表

| 成分表示 | |
|-------|-------|
| エネルギー | たんぱく質 |
| 脂質 | 炭水化物 |
| 食塩相当量 | |

| | | |
|----|--------------|---------------|
| 朝食 | 5月16日 (土) | 5月17日 (日) |
| | チキンナゲット | カリフラワーサラダ |
| | いんげんのピーナッツ和え | 糸こんにゃくと野菜の甘煮 |
| 昼食 | 酢豚 | 豚肉とピーマンのカレー炒め |
| | キャベツのコンソメ煮 | ごぼうの黒胡麻和え |
| | 蒸ししゅうまい | 明太子スパゲティ |
| 夕食 | さわらの西京焼き | 鶏肉の唐揚げ |
| | 二郎卵炒め | 大根と高菜の炒め物 |
| | さといものツナ煮 | オクラのゆかり和え |

- 材料入手の関係でメニューを変更する場合がございます。ご了承ください。
- 届きました惣菜は、冷蔵庫へ入れて保管してください。
- は温めてお召し上がりください。(カレー・丼は1人前150g)
- ご注文は、月～金にいただきますようお願いいたします。

勇輝フーズ長浜株式会社

| | 5月18日 (月) | 5月19日 (火) | 5月20日 (水) | 5月21日 (木) | 5月22日 (金) | 5月23日 (土) | 5月24日 (日) |
|----|--|--|--|--|--|--|--|
| 朝食 | 菜の花の白和え | ハムステーキ | 高野豆腐のそぼろ煮 | 白菜と鶏肉のヤンニョム炒め | ほうれん草の柚子胡椒和え | 枝豆コーンのタルタル和え | スパゲティのケチャップソテー |
| | れんこんとさつまあげのバター醤油炒め | 牛蒡サラダ | 人参とじゃこのきんぴら | 大豆煮 | れんこんとベーコンのバターボン酢炒め | カリフラワーとかまぼこの旨辛炒め | 野菜の味噌炒め |
| | 129kcal 6.9g 5.1g 16.3g 0.9g | 173kcal 7.3g 11.0g 13.6g 0.7g | 131kcal 7.7g 6.7g 10.2g 0.8g | 117kcal 9.5g 5.5g 10.9g 0.7g | 100kcal 5.4g 3.6g 15.1g 0.6g | 222kcal 13.6g 13.0g 16.6g 0.8g | 96kcal 3.3g 2.8g 16.0g 0.5g |
| 昼食 | さばの明太マヨ焼き | あじの甘だれ天ぷら | 鶏肉のレモンペッパー焼き | 鯖のねぎ味噌焼き | タラの天ぷらチリソース | ほっけの塩焼き | 豚肉の香草焼き |
| | ひじきと枝豆のトマト煮 | いんげんツナマヨ和え | 春雨サラダ | うの花 | わかめとツナの炒めもの | キャベツのたまご炒め | 大根のオイスター炒め |
| | さつまいもの甘辛炒め | 切干大根の煮物 | たこ焼き | チンゲン菜のごま和え | 菜の花のピーナッツ和え | じゃがいもとウインナーのクリーム煮 | ブロッコリーのバジルオイル和え |
| | 307kcal 20.6g 20.2g 13.1g 2.0g | 338kcal 16.2g 21.2g 27.6g 1.8g | 276kcal 14.5g 16.2g 18.8g 2.2g | 271kcal 19.1g 16.7g 10.7g 2.5g | 199kcal 12.3g 9.0g 20.9g 2.2g | 240kcal 17.4g 11.2g 18.6g 2.2g | 235kcal 13.5g 16.3g 11.6g 1.6g |
| 夕食 | 肉団子と野菜の中華あん | 生姜焼き丼 | イカメンチかつ | チキンカツ卵とじ | 豆腐ハンバーグおろしポン酢 | 鶏肉の和風カレー | サーモンフライ |
| | ほうれん草のゆずポン酢和え | なすの煮びたし | バジルマカロニ | 小松菜と桜えびの炒めもの | ピーマン味噌炒め | アスパラのレモン醤油炒め | ひじきサラダ |
| | ビーフンチャプチェ | ブロッコリーと竹輪の塩だれ和え | スナックピースの塩バター煮 | ごぼうの甘辛炒め | オクラのあおさและ | もやしの塩昆布和え | しめじと玉ねぎのバター炒め |
| | 272kcal 10.3g 13.9g 27.6g 2.4g | 223kcal 17.1g 19.2g 10.5g 2.7g | 499kcal 20.1g 27.3g 49.2g 2.4g | 297kcal 12.6g 13.7g 32.7g 2.8g | 211kcal 10.6g 11.3g 17.9g 2.5g | 362kcal 17.8g 19.6g 37.2g 2.6g | 298kcal 11.9g 17.9g 24.9g 1.9g |
| 朝食 | 5月25日 (月) | 5月26日 (火) | 5月27日 (水) | 5月28日 (木) | 5月29日 (金) | 5月30日 (土) | 5月31日 (日) |
| | バイクドエッグポテト | 青梗菜とハムのソテー | 揚げしゅうまい生姜醤油 | マーボー茄子 | ビーフンチャプチェ | じゃがいものそぼろ煮 | 野菜炒め |
| | ピーマンと竹輪のじゃこ炒め | 中華サラダ | いんげんの塩麩和え | おからのごま味噌和え | ブロッコリーの梅和え | 竹の子とかまぼこの旨辛炒め | カリフラワーサラダ |
| | 123kcal 6.8g 6.8g 9.8g 0.8g | 117kcal 5.1g 2.6g 19.3g 0.7g | 145kcal 4.8g 6.9g 17.7g 0.6g | 153kcal 4.7g 10.7g 11.7g 0.8g | 99kcal 4.7g 2.0g 17.2g 0.6g | 123kcal 6.5g 3.5g 17.9g 0.8g | 71kcal 3.0g 3.8g 8.5g 0.5g |
| 昼食 | カレーの甘酢あんかけ | 磯辺ちくわ天うどん | 豚肉とごぼうの塩炒め | 鶏肉のハニーマスタード焼き | ハンバーグトマトソース | 鶏肉となめこの照り煮 | さばのカレーチーズ焼き |
| | もやしのピピンバ風ソテー | 麻婆大根 | こんにゃくとパプリカの炒め煮 | 白和え | ピーマンとしめじの甘辛煮 | わかめとしらすのゴマ醤油和え | いんげんの中華炒め |
| | 里芋のカレー煮 | 小松菜のツナ和え | 菜の花とかにかまの辛子マヨ和え | じゃがいもとウインナーのコンソメ炒め | 小松菜の煮浸し | スナックピースのキムチ和え | 菜の花ともやしのねぎ塩和え |
| | 285kcal 14.8g 14.1g 25.9g 2.1g | 159kcal 5.6g 11.7g 10.0g 2.3g | 215kcal 11.0g 10.4g 20.4g 2.5g | 318kcal 18.8g 19.6g 19.1g 2.4g | 196kcal 11.6g 9.2g 19.3g 2.2g | 83kcal 8.6g 3.5g 6.7g 1.2g | 250kcal 17.6g 16.4g 8.6g 1.7g |
| 夕食 | 牛肉とごぼうのしぐれ煮 | 油淋鶏 | さわらのガリバタムニエル | あじフライ | カレーのタルタル南蛮 | ハヤシライス | 牛肉ときのこのケチャップ炒め |
| | いんげんのゆかり和え | ほうれん草のお浸し | 高野豆腐と卵の炒めもの | 青梗菜のナムル | もやしの中華炒め | 里芋のマスタード炒め | れんこんのおかかマヨサラダ |
| | イカと野菜の炒め物 | 南瓜サラダ | カリフラワーのトマト煮 | 塩焼きそば | ほうれん草の明太和え | 三角コントマトフライ | おくらのおかかマヨ和え |
| | 215kcal 16.0g 15.8g 14.2g 2.4g | 272kcal 14.0g 21.7g 26.9g 2.3g | 225kcal 16.2g 13.2g 12.7g 2.0g | 420kcal 10.2g 26.7g 35.2g 2.3g | 283kcal 14.8g 20.2g 16.2g 2.1g | 415kcal 12.6g 23.0g 42.1g 2.6g | 245kcal 16.9g 18.5g 20.1g 2.8g |

びわ湖パック 発注書

施設名

ご担当者名

① 初回 ・ 変更 ←どちらかに必ず○を付けてください！

② 送付日 月 日 曜日 ←必ず記載してください！

③ 月分 ←使用する月の数字を必ず記載してください！

④ 2週間先の注文食数を記入お願いいたします。

また、喫食日より1週間前に確定とさせていただきますので、変更の際はご注意ください。

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日付 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | |
| 曜日 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 朝食 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 夕食 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 日付 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 曜日 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 朝食 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 昼食 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 夕食 | | | | | | | | | | | | | | | | |

勇輝フーズ長浜（株）

TEL 0749-62-0692

FAX 0749-63-6773