

2026年9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	9/19～23 弊社休業日 9/19～25喫食分は9/18(金)にお届けいたします。	9月16日 (水)		9月17日 (木)		9月18日 (金)		9月19日 (土)		9月20日 (日)				
		ハムステーキ		菜の花のおひたし		ごぼうと豚肉の煮物		ジャーマンポテト		ほうれん草のゆかり和え				
		ほうれん草のチーズ和え		ペペロンチーノ		ピーマンときのこの炒め物		小松菜のとろろ和え		ねぎ入り厚焼き玉子				
		101kcal	8.6g	118kcal	5.9g	130kcal	7.6g	129kcal	4.9g	112kcal	8.8g			
昼食		カツオかつ		鶏肉の照り焼き		白身フライオーロラソース		きのこチキンカレー		さわらのミートソース焼き				
		じゃがいものそぼろ煮		茄子のトマト煮		れんこんのじゃこ炒め		こんにゃくの甘辛炒め		大根の味噌和え				
		おくらと蒸し鶏のナムル		白和え		青梗菜のおかか和え		ブロッコリーとツナの炒め物		なすとたけのこの炒め煮				
		200kcal	13.7g	351kcal	17.6g	362kcal	9.3g	313kcal	15.1g	304kcal	18.2g			
夕食		牛丼		あじの南蛮漬け風焼き		鶏肉のねぎ塩だれ焼き		さばの梅煮		エビカツ				
		ニラもやし炒め		ほうれん草のピーナッツ和え		切り干し大根煮		高野豆腐の炒め煮		いんげんの中華炒め				
		あじ大葉フライ		あげぎょうざ		菜の花の辛子和え		ごぼうの塩だれ和え		人参のマリネ				
		267kcal	23.6g	270kcal	15.8g	220kcal	16.6g	278kcal	17.4g	215kcal	4.5g			
朝食	9月21日 (月)		9月22日 (火)		9月23日 (水)		9月24日 (木)		9月25日 (金)		9月26日 (土)		9月27日 (日)	
	メンマの中華炒め		おまかせメニュー		おまかせメニュー		おまかせメニュー		おまかせメニュー		おまかせメニュー		おまかせメニュー	
	枝豆ポテトサラダ													
	123kcal	2.6g												
昼食	ぶりの胡麻から揚げ		肉豆腐		ぶりの照り焼き		豚肉の味噌だれ炒め		カレイの磯辺唐揚げ		鶏肉竜田揚げ青じそ風味		さわらのレモン味噌焼き	
	おくらとなめこの和え物		さつまいもといんげんのソテー		もやしとハムの洋風炒め		わかめとツナの炒め物		イカと野菜の炒め物		小松菜のおかか和え		もやしのビビンバ風ソテー	
	ひじき煮		ほうれん草のお浸し		チンゲン菜のお浸し		カリフラワーのバジル和え		オクラの塩バター煮		高野豆腐の含め煮		いんげんと竹輪のバターしょう油炒め	
	290kcal	16.9g	321kcal	10.9g	226kcal	17.6g	248kcal	7.8g	299kcal	12.1g	315kcal	13.7g	257kcal	23.0g
夕食	ゴーヤチャンプルー		メバルの天ぷら		チーズインメンチカツ		赤魚のバジルオイル焼き		鶏肉のレモンペッパー焼き		ホッケのバター醤油焼き		豚天ピリ辛生姜ポン酢	
	白菜のちゃんぽん風炒め		ビーフンチャプチェ		キャベツとエビの炒め物		蓮根とベーコンのマスタード炒め		いんげんとウィンナーのソテー		ピーマンのチーズおかか炒め		カリフラワー塩だれ炒め	
	ひき肉とトマトのマカロニ		小松菜と竹輪の塩だれ和え		白菜のゆかり和え		菜の花の白和え		ごぼうの炒め煮		わかめとたまごの炒め物		コールスローサラダ	
	642kcal	27.3g	247kcal	10.2g	421kcal	10.9g	241kcal	15.5g	261kcal	16.2g	115kcal	5.6g	337kcal	15.1g
朝食	9月28日 (月)		9月29日 (火)		9月30日 (水)		9/22～27喫食分は冷凍で配達させていただきます。 冷凍庫で保管してください。 喫食前日に冷蔵庫で解凍をお願いいたします。							
	菜の花のツナマヨネーズ和え		じゃがいもの炒め物		なすのチリソース									
	パプリカとウィンナーのカレー炒め		大根サラダ		高菜オムレツ									
	112kcal	4.4g	60kcal	0.8g	161kcal	4.6g								
昼食	プルコギ		鯖の塩焼き		豚肉の竜田揚げ									
	キャベツと舞茸の中華和え		山菜なめこ和え		小松菜の煮浸し									
	ブロッコリーのトマト煮		切干大根の棒々鶏風和え		里芋とハムのサラダ									
	267kcal	21.5g	146kcal	13.9g	235kcal	15.0g								
夕食	ますのムニエルハニーマスタード		鶏肉の甘辛ソース焼き		あじの煮付け									
	チンゲン菜のオイスター炒め		ほうれん草の白和え		ピーマンと竹輪のじゃこ炒め									
	金平ごぼう		れんこんのケチャップ炒め		もやしとヤングコーンの炒め物									
	203kcal	13.8g	233kcal	15.7g	175kcal	15.1g								
		</												

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																