



2025年（令和7年）

のこんだて



げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

3

文化の日



4

○こんぶごはん／
しろごはん（ホ）
○カニいりクリームコロッケ
○ぎょうざ

エネルギー376kcal たんぱく質9.2g



5

○なめし／
なめし（ホ）
○チーズオムレツ
○ピーマンソテー

エネルギー380kcal たんぱく質13.5g



6

○いなりずし／
チョコチップスナック
○イカフライ
○フライドポテト

エネルギー381kcal たんぱく質11.6g



7

○さけごはん／
しろごはん（ホ）
○チキンなんばん
○マカロニソテー

エネルギー409kcal たんぱく質13.6g



10

○しろごはん／
しろごはん（ホ）
○ポークハヤシ
○さつまいもサラダ

エネルギー446kcal たんぱく質11.5g



11

○ゆうやけごはん／
ゆうやけごはん（ホ）
○さかなのきのこあん
○しゅうまい

エネルギー362kcal たんぱく質12.5g



12

○しろごはん／
しろごはん（ホ）
○ぶたばらだいこん
○ポムデュセス

エネルギー417kcal たんぱく質9.8g



13

○たまごふりかけごはん／
やさしいふりかけごはん（ホ）
○サーモンフライ
○チキンリング

エネルギー409kcal たんぱく質16.8g



14

○おかかごはん／
しろごはん（ホ）
○ポークチャップ
○かぼちゃてんぷら

エネルギー406kcal たんぱく質11.9g



17

○かおりごはん／
しろごはん（ホ）
○マーボーあつあけ
○きりこんぶに

エネルギー380kcal たんぱく質13.5g



18

○ひじきごはん／
ひじきごはん（ホ）
○チーズメンチカツ
○やきそば

エネルギー382kcal たんぱく質11.9g



19

○ツナサンド／
ロールパン
○かぼちゃコロッケ
○ミートスパ

エネルギー460kcal たんぱく質15.0g



20

○しろごはん／
しろごはん（ホ）
○はくさいクリームに
○きんぴらごぼう

エネルギー429kcal たんぱく質11.8g



21

○わかめふりかけごはん／
ひじきふりかけごはん（ホ）
○とりにくさいきょうやき
○ジャーマンポテト

エネルギー398kcal たんぱく質13.0g



24

勤労感謝の日
振替休日



25

○たまごふりかけごはん／
しろごはん（ホ）
○チキンカツ
○わふうスパ

エネルギー380kcal たんぱく質15.1g



26

○のりごはん／
ちゃめし（ホ）
○サバみそ
○れんこんまんじゅう

エネルギー379kcal たんぱく質14.8g



27

○せとふうみごはん／
わかめごはん（ホ）
○ハンバーグ
○たこやき

エネルギー406kcal たんぱく質12.4g



28

○しろごはん／
しろごはん（ホ）
○チキンカレー
○はくさいのさっぱりあえ

エネルギー393kcal たんぱく質12.6g



旬な野菜の献立

5日

白菜ごまみそいため

12日

ぶたばら大根

20日

白菜クリーム煮

26日

れんこんまんじゅう

が登場します!!



- ・仕入材料の都合による献立の変更はご了承ください。
- ・魚の骨は取り除いてありますが、気をつけてお召し上がりください。
- ・弊社のお弁当は保存料を使用していないので、当日のPM2時までにお召し上がりください。
- ・（ホ）はホットライスのごはんメニューです。
- ・写真はイメージであり、実際のお弁当と違う場合があります。

