

2026年
5月11日 週

お献立表

マークの見方

- 新** ⇒ 新メニュー
- 骨** ⇒ 骨にご注意ください
- 郷** ⇒ 郷土料理

今週の新メニュー!

- ★もやしと人参の酢味噌和え(お弁当・彩食八菜・ミニおかず)
- ★豚肉のだし醤油炒め(お弁当・ミニおかず)
- ★厚揚げと椎茸の甘辛煮(おかず)
- ★ひじきそば(おかず・彩食八菜・ミニおかず)

詳しい情報をご覧になりたい方は
こちらをスキャンしてください。→



お問い合わせ

(月～金：9：00～18：00)

0120-950-345



お弁当



500W	約2分
700W	約1分30秒

おかず



500W	約1分30秒
700W	約1分20秒

彩食八菜



500W	約2分
700W	約1分30秒

ミニおかず



500W	約1分
700W	約50秒

朝食 ※単品ではご注文できません。



お届け翌日の朝食
メニューです。
表の日付はお届け日です。

500W	約50秒
700W	約40秒

	5/11 (月)	5/12 (火)	5/13 (水)	5/14 (木)	5/15 (金)
お弁当	ハンバーグ デミグラスソース 白飯 冬瓜のツナ煮 新 もやしと人参の酢味噌和え ほうれん草のお浸し	骨 サバの西京焼 雑穀ご飯 栗かぼちゃコロッケ カリフラワーのクリーム煮 人参の青じそ生姜和え	新 豚肉のだし醤油炒め 白飯 三角野菜揚げ煮 味噌おから 菜の花のからし和え	白身魚のチリあん 青じそご飯 鶏じゃが 切干大根とひじきの酢の物 大豆の甘煮	バンバンジー 白飯 大根とあさりのしぐれ煮と玉子焼 なすのだしカレー煮 ポテトサラダ
	熱量 484 Kcal 蛋白質 15.4 g 脂質 11.7 g 炭水化物 78.7 g 食塩相当量 2.7 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご・ゼラチン	熱量 552 Kcal 蛋白質 16.7 g 脂質 20.2 g 炭水化物 72.9 g 食塩相当量 1.6 g	アレルギー 小麦・卵・ごま・大豆・豚肉	熱量 561 Kcal 蛋白質 18.4 g 脂質 14.2 g 炭水化物 90.1 g 食塩相当量 3.5 g
おかず	豚肉のごま坦々 お魚がんも煮 ナポリタン 菜の花とこんにゃくの味噌炒め さつま芋とリンゴのマヨサラダ わかめと玉子の塩だれ和え	鶏煮と茹玉子 根菜の煮物 春雨と小海老の塩だれ炒め なすのだしカレー煮 おからと春菊のマヨサラダ 高野豆腐とひじきの煮物	サワラのこうじ味噌焼 海鮮焼きそば 新 厚揚げと椎茸の甘辛煮 枝豆とコーンのサラダ 里芋のトマトクリーム煮 ゴーヤのおかか生姜	牛肉のプルコギ風炒め 豆腐しんじょ煮 小松菜と大根の中華うま煮 なすのごま和え ブロッコリーの和風ツナマヨ 揚さつま芋の塩バター和え	タラカツ ソース付 じゃが芋の加工黒糖煮 チーズ南瓜 ペンネとベーコンのレモンドレ 新 ひじきそば からし菜のツナ炒め
	熱量 423 Kcal 蛋白質 15.2 g 脂質 25.5 g 炭水化物 36.7 g 食塩相当量 3.8 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	熱量 385 Kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 23.2 g 炭水化物 23.4 g 食塩相当量 3.6 g	アレルギー えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	熱量 319 Kcal 蛋白質 13.3 g 脂質 20.2 g 炭水化物 24.2 g 食塩相当量 3.0 g

	5/11 (月)	5/12 (火)	5/13 (水)	5/14 (木)	5/15 (金)				
彩 食 八 菜	サバの昆布茶焼 じゃが芋と豚肉のチーズ煮 春雨とひき肉の炒め物 えのき豆腐 枝豆のおろし和え なすのごま和え さつま芋とリンゴのマヨサラダ ほうれん草のお浸し	豚肉のバーベキューソース炒め 里芋とさつま揚げの煮物 チヂミ こんにゃく金平 おからと春菊のマヨサラダ 高野豆腐の中華煮 カリフラワーの土佐煮 人参の青じそ生姜和え	牛肉のピリ辛味噌炒め タラの天ぷら 里芋のトマトクリーム煮 新 ひじきそばろ ごぼうと人参のごま煮 南瓜とそら豆のサラダ 蓮根の煮炒め 菜の花のからし和え	鶏の照り焼き オムレツとポテトケチャップ煮 昆布と豚肉の甘辛煮 厚揚げのコチジャン煮 ブロッコリーの和風ツナマヨ 大根の黒ごま煮 新 もやしと人参の酢味噌和え 大豆の甘煮	赤魚の大根おろしソース 根菜の加工黒糖煮 高野豆腐とグリーンピースの玉子とじ 冬瓜の梅煮 ペンネとベーコンのレモンドレ しらたきといんげんの炒り煮 ポテトサラダ 小松菜のごま和え				
	熱量 447 Kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 27.0 g 炭水化物 37.4 g 食塩相当量 3.9 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	熱量 468 Kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 30.4 g 炭水化物 38.3 g 食塩相当量 3.2 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	熱量 427 Kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 19.6 g 炭水化物 46.6 g 食塩相当量 3.6 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご	熱量 489 Kcal 蛋白質 25.4 g 脂質 27.5 g 炭水化物 39.8 g 食塩相当量 4.2 g	アレルギー 小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	熱量 452 Kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 23.2 g 炭水化物 43.4 g 食塩相当量 3.8 g
ミ ニ お か ず	チキンカレー 冬瓜のツナ煮 枝豆のおろし和え えのき豆腐	骨 マスの塩焼 チヂミ カリフラワーのクリーム煮 人参の青じそ生姜和え	牛肉と野菜のトマト煮 三角野菜揚げ煮 新 ひじきそばろ 菜の花のからし和え	骨 アジフライ ソース付 鶏じゃが 新 もやしと人参の酢味噌和え 大豆の甘煮	新 豚肉のだし醤油炒め 大根とあさりのしぐれ煮と玉子焼 なすのだしカレー煮 ポテトサラダ				
	熱量 265 Kcal 蛋白質 10.2 g 脂質 15.6 g 炭水化物 22.4 g 食塩相当量 2.0 g	アレルギー 小麦・乳成分・牛肉・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・りんご・ゼラチン	熱量 213 Kcal 蛋白質 11.6 g 脂質 10.7 g 炭水化物 18.3 g 食塩相当量 1.8 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・さけ・大豆・豚肉	熱量 160 Kcal 蛋白質 9.9 g 脂質 7.9 g 炭水化物 15.7 g 食塩相当量 2.3 g	アレルギー 小麦・卵・牛肉・ごま・大豆・鶏肉	熱量 301 Kcal 蛋白質 14.0 g 脂質 14.5 g 炭水化物 30.0 g 食塩相当量 1.9 g	アレルギー 小麦・ごま・大豆・鶏肉・もも・りんご	熱量 252 Kcal 蛋白質 10.7 g 脂質 17.5 g 炭水化物 15.0 g 食塩相当量 2.1 g
朝 食	お魚厚揚げ煮 枝豆のおろし和え 小松菜の煮物 筑前煮	骨 ホッケの塩焼 おからと春菊のマヨサラダ 小松菜と油揚げの菜焼き 里芋とさつま揚げの煮物	ハンバーグ 菜の花のからし和え ひじきそばろ ごぼうと人参のごま煮	赤魚のあごだし焼 ブロッコリーの和風ツナマヨ 厚揚げのコチジャン煮 小松菜と大根の中華うま煮	ゆで玉子 ペンネとベーコンのレモンドレ しらたきといんげんの炒り煮 じゃが芋の加工黒糖煮				
	熱量 141 Kcal 蛋白質 6.9 g 脂質 5.8 g 炭水化物 17.0 g 食塩相当量 1.8 g	アレルギー 小麦・卵・牛肉・さば・大豆・鶏肉	熱量 175 Kcal 蛋白質 9.2 g 脂質 10.4 g 炭水化物 12.1 g 食塩相当量 1.5 g	アレルギー 小麦・卵・大豆・りんご	熱量 174 Kcal 蛋白質 9.4 g 脂質 8.6 g 炭水化物 17.3 g 食塩相当量 1.8 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・ごま・大豆・鶏肉・豚肉	熱量 182 Kcal 蛋白質 11.1 g 脂質 11.8 g 炭水化物 9.0 g 食塩相当量 1.5 g	アレルギー 小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン	熱量 163 Kcal 蛋白質 7.2 g 脂質 8.6 g 炭水化物 16.8 g 食塩相当量 1.7 g

●消費期限：「お弁当・おかず・彩食八菜・ミニおかず」はお届け当日24時

「朝食」はお届け翌日13時 届きましたら必ず冷蔵庫で保管してください。

●「お弁当・おかず・彩食八菜」のお弁当箱は、お手数ですが、水洗いをお願い致します。

「ミニおかず・朝食」は返却不要の容器です。

・寿司・小袋・カップは取り出し、フタをした容器のまま電子レンジで温めてください。

・過度な加熱は風味が損なわれる、硬くなる、食材破裂等の原因になりますのでご注意ください。

・商品調達の都合上、急速メニューを変更させていただく場合がございます。栄養成分値は予定です。

・食事療法をされている方は、事前に医療機関にご相談ください。