

# ☆ますみ弁当 ☆週間献立表

対象期間:2026/02/16~2026/02/28

成人の1日に摂りたい野菜量は350gが目標とされており、弊社では、その1/3量を目標に献立作成しております。

美味しく、彩り豊かな栄養バランス豊富なお弁当をご賞味下さい。※当日14時までにはお召し上がりください。



\* E:熱量kcal P:蛋白質g F:脂肪g NA:塩分g \*

16 月	<b>天然ぶりカツ</b> やわらか角揚げ煮 たれ付き肉団子 いんげんと人参のソテー れんこんマヨサラダ 野菜量 89g	栄養価	
		E 626	
17 火	<b>ハンバーグカレーソースかけ</b> 大根の煮付け 彩りパスタサラダ 小松菜ときのこのソテー ハッシュドポテト 野菜量 93g	栄養価	
		E 571	
18 水	<b>野菜春巻</b> サイコロ高野煮 ツナブロッコリー 切干大根のナポリタン風 チキンナゲット 野菜量 88g	栄養価	
		E 555	
19 木	<b>ビーフコロッケ</b> ほうれん草ともやしのナムル 大豆ひじき煮 竹の子しゅうまい マカロニさっぱりサラダ 野菜量 107g	栄養価	
		E 554	
20 金	<b>ささみフライ</b> 春雨の炒め物 キャベツマリネ チンゲン菜のごま和え 海老入りもちギョーザ 野菜量 102g	栄養価	
		E 510	
21 土	おまかせメニュー		

23 月	<b>祝日(天皇誕生日)</b>	栄養価	
		E 613	
24 火	<b>メンチカツ</b> 焼きそば ポテトサラダ ほうれん草と人参のお浸し さつま天煮 野菜量 95g	栄養価	
		P 14.3	
25 水	<b>鶏野菜きのこ玉子</b> ツナのトマトパスタ ゆかり白菜 いんげんとエリンギのソテー さつまいもの天ぷら 野菜量 98g	栄養価	
		F 17.2	
26 木	<b>クリーミーフライ</b> 豚肉の生姜焼き 花がんも煮付け 切干大根と人参の中華和え 小松菜とごぼうのソテー 野菜量 100g	栄養価	
		NA 2.4	
27 金	<b>エビカツ</b> ひじきの炒め煮 マカロニサラダ 三色ピーマンソテー ひと口鶏の竜田揚げ 野菜量 82g	栄養価	
		E 553	
28 土	おまかせメニュー	栄養価	
		P 10.7	
		F 16.1	
		NA 2.0	

**【お知らせ】** 週間献立表（ますみ弁当）は、Instagramに掲載させていただいておりますので、今後はそちらにてご確認をお願いいたします。  
従来通り献立表が必要な方はお申し出下さい。

フォローよろしくお願ひ致します！



まる味食品株式会社 〒563-0024 池田市鉢塚1-2-12 / TEL : 072-751-1135 / FAX : 072-753-4400

☆ 材料入荷等の都合により、献立内容が一部変更となる場合がございます。予めご了承下さい。

