

☆ますみ弁当 ☆週間献立表

対象期間:2026/07/06~2026/07/18

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 *

6 月	野菜春巻	栄養価	
	鶏の竜田揚げ 焼きそば 豚肉と高菜れんこん炒め ブロッコリーの人参ドレ和え 野菜量 92g	E 571 P 13.4 F 15.1 NA 3.0	
	7 火	赤魚の照焼き&星のコロッケ	栄養価
		小松菜サラダ 五目大豆 マカロニのカレーソテー チキンナゲット 野菜量 84g	E 577 P 17.3 F 14.2 NA 2.2
8 水		ハムポテトサラダフライ	栄養価
	春雨の炒め物 切干大根煮 若布と胡瓜の酢の物 サイコロ厚揚げ煮 野菜量 93g	E 533 P 11.9 F 12.7 NA 2.5	
	9 木	ハンバーグデミソースがけ	栄養価
スパゲティカラフルソテー 揚げといんげんの煮付け ゆかりキャベツ ハッシュドポテト 野菜量 81g		E 562 P 13.9 F 10.6 NA 2.3	
10 金		夏野菜カレーコロッケ	栄養価
	筑前煮 たれ付き肉団子 ほうれん草とコーンのソテー ツナと人参のしりしり 野菜量 104g	E 598 P 16.0 F 17.3 NA 2.9	
	11 土	おまかせメニュー	

13 月	生姜入り鶏カツ	栄養価	
	チンジャオロース風炒め きんぴらごぼう 味付けもやし おとうふがんも煮 野菜量 110g	E 584 P 15.9 F 16.6 NA 2.8	
	14 火	肉団子の酢豚風	栄養価
		ビーフン炒め 大根の煮付け ツナブロッコリー うずまきポテト 野菜量 92g	E 602 P 14.9 F 18.2 NA 2.4
15 水		あじの竜田揚げ&ミートソース春巻	栄養価
	鶏肉の八幡巻き ひじき煮 和風きのこパスタ いんげんのごま和え 野菜量 90g	E 586 P 17.3 F 17.4 NA 2.5	
	16 木	ごま油香る塩じゃがコロッケ	栄養価
れんこんとツナの甘辛炒め 切干大根のナポリタン風 中華胡瓜 揚げギョーザ 野菜量 106g		E 569 P 12.6 F 14.8 NA 2.7	
17 金		お好み焼き	栄養価
	吹き寄せ煮 かにシューマイ チンゲン菜としめじのソテー 春雨と胡瓜の酢の物 野菜量 108g	E 528 P 15.2 F 11.2 NA 2.3	
	18 土	おまかせメニュー	

Follow Me!

フォローよろしくお願い致します!

【お知らせ】 週間献立表(ますみ弁当)は、HPと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。



よろしく
お願い
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。

