

☆ますみ弁当 ☆週間献立表

対象期間:2026/11/09~2026/11/21

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 *

9月	ウイナーポテトカレーカツ ほうれん草としめじのお浸し スパゲティサラダ 揚げギョーザ カリフラワーの甘酢和え 野菜量 105g	栄養価
		E 597
		P 11.5
		F 18.7
10月	たらこキャベツのフライ たれ付き肉団子 ゆかり白菜 いんげんのマスタードソテー れんこんきんぴら 野菜量 124g	栄養価
		E 549
		P 13.5
		F 13.5
11月	ハンバーグデミソースがけ サラサラサラダ 五目大豆 スパゲティナポリタン コーンクリーミーコロッケ 野菜量 95g	栄養価
		E 601
		P 15.0
		F 13.8
12月	二層のチーズ入りコロッケ 五色野菜入りビーフン ひじきの煮物 豚肉のトマト生姜焼き ブロッコリーの人参ドレ和え 野菜量 103g	栄養価
		E 580
		P 14.4
		F 16.8
13月	アジフライ 筑前煮 春雨の炒め物 大根と胡瓜のフレンチサラダ 肉シューマイ 野菜量 93g	栄養価
		E 598
		P 18.4
		F 16.6
14土	おまかせメニュー	

16月	ビーフコロッケ れんこんとツナの甘辛炒め 春雨さっぱりサラダ 豆乳がんも煮付け ピーマンのおかか和え 野菜量 91g	栄養価
		E 544
		P 12.3
		F 11.8
17月	きのこのバター醤油オムレツ ツナのトマトパスタ サイコロ高野煮 蒸し鶏と小松菜のサラダ たれ付き野菜肉巻き 野菜量 81g	栄養価
		E 480
		P 15.2
		F 6.0
18月	鶏天 切干大根とひじきの彩りゆずサラダ キャベツとウイナーのカレーソテー いんげんのごま和え ポテトスティック 野菜量 107g	栄養価
		E 529
		P 13.6
		F 12.6
19月	白身魚フライ 白菜のとろろ煮 マカロニ彩りサラダ ねじりこんにゃくの煮付け 胡瓜と人参の酢の物 野菜量 90g	栄養価
		E 589
		P 15.6
		F 15.4
20月	ハムチーズカツ 根菜煮 ゆかりキャベツ やわらか角揚げ ツナブロッコリー 野菜量 106g	栄養価
		E 536
		P 12.9
		F 14.6
21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。



よう
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。

