

Menu

2025年1月6日 ~ 2025年1月18日

ISO21999認証取得 本社工場



静岡給食センター

電話:054-259-1341

FAX :054-259-0152

〒421-0106 静岡市駿河区北丸子1-19-20

健康弁当のご飯の容器は
今までと変わりません

【お知らせ】 2025年1月より
ごはんラインナップが変更になります
ごはん小盛...廃止
ごはん普通盛...210g位(新容器)
ごはん大盛...300g位
※ミニランチのごはんは、普通盛(新容器)のごはんに変更させていただきます。
※基本登録や注文書等での小盛のご注文は、普通盛で対応させていただきます。ご了承ください。

材料入荷等の都合により献立が変更する場合がございます、ご了承下さい。

日付	なごみ(和)	あじさい(味菜)	健康弁当(完全予約制) こわい生活習慣病美味しからだ守る カロリー650kcal程度 白飯 塩分3g 1日に必要な野菜1/3以上	シェフのこだわり ¥680(税込) ※一部例外あり (300食限定・前営業日14時までの予約制)
1 / 6 (月)	豚キムチ 海老カツ 蓮根と里芋の甘辛煮 きのこの粒マス炒め 294 kcal 蛋白 15.5 g 脂質 12.9 g 塩分 3.0 g	鶏肉とカシューナッツ炒め 木耳の卵炒め 茄子のおろし和え 374 kcal 蛋白 16.7 g 脂質 24.2 g 塩分 2.6 g	三元豚のロースとんかつ 細切り昆布の煮物 蒸し鶏サラダ 696kcal塩分2.8g蛋白27.5g脂質15.9g炭水化物101.4g	のり弁 ¥480
1 / 7 (火)	照焼ハンバーグ オムレツ アメリカンドッグ 蓮根サラダ 364 kcal 蛋白 14 g 脂質 17.8 g 塩分 3.2 g	油淋鶏 麻婆豆腐 春巻 さつま芋のサラダ 482 kcal 蛋白 18.6 g 脂質 26.6 g 塩分 3.3 g	自家製白身魚フライ ミートボール 肉じゃが 676kcal塩分1.9g蛋白22.7g脂質20.7g炭水化物98.6g	そば & ミニ天丼
1 / 8 (水)	グリルチキン&白身魚フライ 外付け 細切昆布の旨煮 さつま芋の甘酢炒め 354 kcal 蛋白 16.4 g 脂質 21.5 g 塩分 2.9 g	ひれ肉のトンテキ カルボナーラ風スパゲティ 海藻サラダ 314 kcal 蛋白 20 g 脂質 12.7 g 塩分 3.9 g	自家製サツマイモコロッケ 鶏のサルサソース 焼きなす 658kcal塩分2.3g蛋白26.3g脂質15.7g炭水化物99.1g	からあげ弁当 ¥480
1 / 9 (木)	炊き込みごはん(きのこ) チキンカツ卵とじ風 ブロッコリーサラダ 322 kcal 蛋白 16.9 g 脂質 14.6 g 塩分 3.1 g	炊き込みごはん(きのこ) 手作りロールカツ ポテトサラダ 398 kcal 蛋白 19.8 g 脂質 22.4 g 塩分 3.6 g	八宝菜&春巻 こんにゃくのコチュジャン煮 杏仁豆腐 565kcal塩分2.0g蛋白15.1g脂質13.4g炭水化物94.9g	牛カルビ丼
1 / 10 (金)	豚のBBQ炒め レモン香る一口ささみフライ 金平ごぼう 330 kcal 蛋白 15.4 g 脂質 16.7 g 塩分 2.8 g	サバの味噌煮 ごぼうの変わりかき揚げ フルーツポンチ 409 kcal 蛋白 15.5 g 脂質 20.4 g 塩分 3.0 g	チキン南蛮タルタル添え ひじきと大豆の煮物 山菜そばサラダ 722kcal塩分3.0g蛋白27.0g脂質25.0g炭水化物94.5g	カキフライと三元豚カツカレー
1 / 11 (土)	おまかせメニュー	アジの塩焼き もずくのかき揚げ 青梗菜じゃがベーコン 274 kcal 蛋白 15.8 g 脂質 12.7 g 塩分 2.4 g	なごみの容器はレンジアップ可能です！ぜひお試しください。	<厚生労働省基準2015> カロリー：2100kcal/1日 700kcal/1食(男50-69) 塩分：8g/1日(1食当り約2.7g) 食物繊維：20g/1日(1食当り約6.7g) 素材品数：30品以上(1食当り10品以上)
1 / 13 (月)	成人の日			
1 / 14 (火)	チキテキスパイス焼き ヒレカツ チャプチェ 青菜のお浸し 299 kcal 蛋白 17.3 g 脂質 15.5 g 塩分 3.2 g	豆腐ハバーグ 大根おろしだれ 白身魚チーズ磯辺フライ 切干大根と鶏の含め煮 374 kcal 蛋白 17.5 g 脂質 17.4 g 塩分 3.3 g	カキフライ 肉野菜炒め れんこんのカレー金平 620kcal塩分2.0g蛋白21.4g脂質17.7g炭水化物92.2g	ルーロー飯
1 / 15 (水)	オリジナルから揚げ ルーローハン ポテトサラダ 482 kcal 蛋白 23.1 g 脂質 27.4 g 塩分 3.9 g	XO醤豚焼肉 タンドリーフィッシュ ピーマン肉詰めフライ 405 kcal 蛋白 20.1 g 脂質 22.7 g 塩分 3.6 g	大きいエビフライ ハンバーグのトマトデミソース ひじきポテトサラダ 694kcal塩分3.1g蛋白22.4g脂質19.6g炭水化物106.2g	静岡親子丼 ¥480
1 / 16 (木)	回鍋肉 揚げ餃子 焼売 ツナじゃが 海藻サラダ 295 kcal 蛋白 12.8 g 脂質 13.2 g 塩分 3.2 g	牛肉チャプチェ ニューヨーク旨辛チキン 自家製コロッケ 429 kcal 蛋白 16.8 g 脂質 22.7 g 塩分 3.7 g	欧風カレー カニクリームコロッケ ブロッコリーとベーコンのペッパー炒め 712kcal塩分3.0g蛋白19.0g脂質24.1g炭水化物100.3g	麻婆チャーハン
1 / 17 (金)	たれメンチ 豚肉と青菜のオイスター炒め マカロニサラダ 359 kcal 蛋白 13.7 g 脂質 19 g 塩分 3.2 g	豚肉の生姜炒め チリコンカン いんげんの紅生姜天 391 kcal 蛋白 18.6 g 脂質 23.1 g 塩分 3.1 g	豚ひれのかつ煮風 たけのこの土佐煮 白滝明太子炒め 514kcal塩分2.4g蛋白20.6g脂質7.9g炭水化物88.3g	彩ちらし寿司
1 / 18 (土)	おまかせメニュー	クリームチーズカツ ごぼうと蒟蒻のしぐれ煮 茎わかめの炒め煮 303 kcal 蛋白 13.7 g 脂質 12.3 g 塩分 2.4 g	静岡はSDGs(持続可能な開発目標)の考え方に共感し、積極的に取り組んでいます。 その1つが「フードロス問題」。弊社はお弁当の残菜の一部を家畜用飼料に利用することで処理コストの軽減、処理に伴うCO2の削減を目指しています。 お弁当箱返却の際、割り箸等の食材以外のものをお弁当箱内に入れないようご協力をお願いします。	SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

お弁当注文書	お客様コードNo.	お客様名	電話番号	FAX番号	ご担当者名

月 / 日	曜日	なごみ		あじさい		健康弁当	シェフのこだわり	シェフ480円	月 / 日	曜日	なごみ		あじさい		健康弁当	シェフのこだわり	シェフ480円
		セット	おかず	セット	おかず						セット	おかず					
1 / 6	月								1 / 13	月							
1 / 7	火								1 / 14	火							
1 / 8	水								1 / 15	水							
1 / 9	木								1 / 16	木							
1 / 10	金								1 / 17	金							
1 / 11	土								1 / 18	土							