

令和7年



7月 献立カレンダー

国産米を使用
しています

栄養成分表記はおかずのみの
成分値です。ご飯は、100gあたり
168kcalです。

麺の日

暑さで食欲がわかない時でもツルツル
と美味しい麺をお届けいたします。
※麺の日はご飯のお届けはござ
いませぬ。



1 -火-
フィッシュフライ梅ソース
エネルギー328kcal / タンパク質9.3g / 脂質13.3g



2 -水-
天ぷら盛り
うどん
エネルギー868kcal / タンパク質14.7g / 脂質40.3g



3 -木-
カレーコロッケ
お菜ご飯
エネルギー488kcal / タンパク質12g / 脂質27.4g



4 -金-
ハンバーグ和風あん
エネルギー384kcal / タンパク質12.6g / 脂質15.7g



7 -月-
唐揚げマスタードソース
エネルギー500kcal / タンパク質14.6g / 脂質23.6g



8 -火-
いわしの蒲焼風
エネルギー325kcal / タンパク質11.3g / 脂質19.4g



9 -水-
すき焼き風煮
うどん
エネルギー219kcal / タンパク質10g / 脂質5.0g



10 -木-
肉じゃが
エネルギー264kcal / タンパク質9.7g / 脂質7.4g



11 -金-
白身魚の青のりフライ
エネルギー303kcal / タンパク質11.4g / 脂質15.4g



14 -月-
牛肉コロッケ
エネルギー374kcal / タンパク質12.4g / 脂質19.1g



15 -火-
回鍋肉風
エネルギー293kcal / タンパク質10.5g / 脂質13.9g



16 -水-
鶏天
うどん
エネルギー248kcal / タンパク質10.6g / 脂質11.7g



17 -木-
白身フライ
エネルギー320kcal / タンパク質10.2g / 脂質15.7g

食中毒防止のご協力とお願い

笑顔と健康をお届けします。おいしい、楽しい、うれしい健康メニュー

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿度の多い場所へは置かないで下さい。
- 陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
- 材料入手の関係上、献立を多少変更する場合がございますのでご了承ください。

- 食数の変更は**午前9時10分**で打ち切らせていただきます。尚、ご連絡は間違い防止の為**FAX**でお願いします。
- お弁当の種類により、写真とは内容が異なる場合がございます。

“食”でつながる。私たちは大惣です。

「安心」「安全」「健康」をテーマにお弁当の販売と製造を中心とした総合食卓提案企業を目指します。

給食配達サービス

介護食在宅配食サービス

食堂給食業務委託サービス



株式会社 米吾

米子市奈喜良248-4

TEL.0859-26-1511 FAX.0859-26-1512

令和7年



7月 献立カレンダー

国産米を使用
しています

栄養成分表記はおかずのみの
成分値です。ご飯は、100gあたり
168kcalです。

麺の日

暑さで食欲がわかない時でもツルツル
と美味しい麺をお届けいたします。
※麺の日はご飯のお届けはござ
いません。

18
-金-



白身魚の南蛮漬け

エネルギー306kcal / タンパク質15.6g / 脂質14.9g

19
-土-



21
-月-



海の日

22
-火-



ポテトベーコンカツ

エネルギー373kcal / タンパク質8.1g / 脂質18.1g

23
-水-



いわし天ぷら

エネルギー312kcal / タンパク質15.9g / 脂質14.5g

24
-木-



オムレツ ホワイトソース

エネルギー313kcal / タンパク質11.8g / 脂質13.8g

25
-金-



ハムポテトフライ

エネルギー292kcal / タンパク質8.3g / 脂質12.1g

26
-土-



おまかせ
メニュー

28
-月-



ハムカツ

エネルギー408kcal / タンパク質10.3g / 脂質20.8g

29
-火-



肉団子の甘酢あん

エネルギー391kcal / タンパク質14.4g / 脂質12.2g

30
-水-



鶏と野菜の塩炒め

エネルギー223kcal / タンパク質10.8g / 脂質5.6g

31
-木-



カレーフライ

エネルギー259kcal / タンパク質6.8g / 脂質9.6g

麺の日 おかずトッピング

「麺の日」のメインメニューは、うどん
や冷麺にトッピングしても美味しく
お召し上がりいただけるように
しています。



今月の主な行事

- ・ソフトクリームの日(3日)
- ・ハンバーガーの日(20日)
- ・七夕(7日)
- ・海の日(21日)
- ・ゼリーの日(14日)
- ・スイカの日(27日)



食中毒防止のご協力とお願い

笑顔と健康をお届けします。おいしい、楽しい、うれしい健康メニュー

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 直射日光の当たる場所、極端に温度の高い場所、湿度の多い場所へは置かないで下さい。
- 陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください。
- 材料入手の関係上、献立を多少変更する場合がございますのでご了承ください。

- 食数の変更は**午前9時10分**で打ち切らせていただきます。尚、ご連絡は間違い防止の為**FAX**でお願いします。
- お弁当の種類により、写真とは内容が異なる場合がございます。

“食”でつながる。私たちは大惣です。

「安心」「安全」「健康」をテーマにお弁当の販売と製造を中心とした総合食卓提案企業を目指します。

給食配達サービス

介護食在宅配食サービス

食堂給食業務委託サービス



株式会社 米吾

米子市奈喜良248-4

TEL.0859-26-1511 FAX.0859-26-1512