

令和8年

9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。

1
-火-



肉団子の甘酢あん

エネルギー314kcal / タンパク質11.3g / 脂質14g

2
-水-



いわし天ぷら

エネルギー212kcal / タンパク質12.1g / 脂質8.9g

3
-木-



鶏の南蛮漬け

エネルギー337kcal / タンパク質18.8g / 脂質17.2g

4
-金-



えびかつ

エネルギー350kcal / タンパク質13.5g / 脂質24.3g

5
-土-

★
お楽しみ
メニュー
★

7
-月-



鯖の塩焼き

エネルギー293kcal / タンパク質12.4g / 脂質18.3g

8
-火-



牛肉コロッケ

エネルギー375kcal / タンパク質6.9g / 脂質19.5g

9
-水-



天ぷら盛り

エネルギー326kcal / タンパク質13.3g / 脂質14.6g

10
-木-



照焼ハンバーグ

エネルギー321kcal / タンパク質13.4g / 脂質11.3g

11
-金-



チーズメンチカツ

エネルギー263kcal / タンパク質10.2g / 脂質9g

12
-土-

★
お楽しみ
メニュー
★

14
-月-



回鍋肉

エネルギー195kcal / タンパク質9.0g / 脂質6.1g

15
-火-



カレーうどんフライ

エネルギー277kcal / タンパク質9.6g / 脂質7.6g

16
-水-



豚と大根の生姜煮

エネルギー246kcal / タンパク質9.7g / 脂質8.7g

17
-木-



アジフライ

エネルギー252kcal / タンパク質12.9g / 脂質10.6g

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。

「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8年

9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。

18
-金-



ハンバーグ和風あん

エネルギー306kcal / タンパク質12.1g / 脂質11.5g

19
-土-

お楽しみ
メニュー

21
-月-

敬老の日



22
-火-

国民の休日



23
-水-

秋分の日



24
-木-



白身フライ 炊き込みご飯

エネルギー299kcal / タンパク質9.4g / 脂質20.6g

25
-金-



オムレツカレーソース

エネルギー333kcal / タンパク質10.2g / 脂質16.8g

26
-土-

お楽しみ
メニュー

28
-月-



肉じゃが

エネルギー320kcal / タンパク質11.3g / 脂質14.3g

29
-火-



豚かつ

エネルギー277kcal / タンパク質9.7g / 脂質13.1g

30
-水-



豚と野菜の炒め

エネルギー195kcal / タンパク質8.4g / 脂質8.1g



今月の
主な行事

- ・ 防災の日(1日)
- ・ 重陽の節句(9日)
- ・ 敬老の日(21日)
- ・ 国民の休日(22日)
- ・ 秋分の日(23日)
- ・ 中秋の名月(25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。

「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