

チルドパック惣菜【朝昼夕】週間メニュー表

2026年（令和8年）

【6月の第1週目】の献立表

※下記の栄養価は「おかずのみ」の数値です。（ごはん・汁物は含まれておりません）

毎週土曜日17:00までに、翌々週（月曜日～日曜日分）のご注文をお願いします。

また、数量変更・キャンセルにつきましては、喫食日の4日前の正午までにお願います。

	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)	6月7日(日)
朝	①車麩と枝豆の煮浸し 2個 ②★ブロッコリーと卵のマヨサラダ 40g ③★漬物 8g エネルギー 143Kcal 蛋白質 5.9g 脂質 9.9g 炭水化物 5.3g 食塩 0.9g	①青菜炒め(小松菜) 45g ②ウインナー 2本 ③★つくだ煮 10g エネルギー 109Kcal 蛋白質 6.8g 脂質 6.1g 炭水化物 8.0g 食塩 1.5g	①炒り豆腐 55g ②★手づくり大根サラダ 43g エネルギー 138Kcal 蛋白質 4.3g 脂質 10.0g 炭水化物 8.0g 食塩 0.8g	①大根ときこの、山菜の炒め煮 50g ②さつまいもの天婦羅 1個 ③★つくだ煮 10g エネルギー 102Kcal 蛋白質 2.6g 脂質 3.0g 炭水化物 16.9g 食塩 0.9g	①野菜の卵とじ 65g ②★明太マカロニサラダ 40g エネルギー 140Kcal 蛋白質 5.3g 脂質 7.0g 炭水化物 13.3g 食塩 1.1g	①茄子けんちん煮 75g ②★温泉卵 1個 ③★漬物 8g エネルギー 113Kcal 蛋白質 7.3g 脂質 5.4g 炭水化物 8.1g 食塩 1.2g	①がんもどき煮 1個 ①椎茸煮 1個/人参の煮つけ 1個 ①焼竹の子含め煮 1枚 ②★カレー風味マカロニサラダ 40g エネルギー 160Kcal 蛋白質 5.0g 脂質 9.9g 炭水化物 13.0g 食塩 0.8g
昼	①赤魚の照り焼き 1切 ①自家製コロッケ 1個 ②青椒肉絲 50g ③★わかめと長ネギカニカマ酢味噌和え 35g エネルギー 252Kcal 蛋白質 15.0g 脂質 13.7g 炭水化物 14.5g 食塩 2.4g	①鯖の味噌煮 1切 ①椎茸煮 1個/絹さや 1個 ②手製いかフライ 1個 ③肉じゃが 65g ④★茄子の生姜醤油和え 40g エネルギー 385Kcal 蛋白質 18.7g 脂質 19.0g 炭水化物 30.1g 食塩 2.4g	①チキンカレー 160g (カレーライスとしてお召し上がり下さい) ②海老クリームコロッケ 1個 ③★ほうれん草としめじのおひたし 35g エネルギー 389Kcal 蛋白質 12.0g 脂質 21.5g 炭水化物 37.1g 食塩 2.7g	①縞ホッケの塩焼き 1切 ①手製ヒレカツ 1枚 ②のっぺ煮 55g ③車麩の卵とじ煮 1ヶ エネルギー 243Kcal 蛋白質 21.3g 脂質 6.7g 炭水化物 21.4g 食塩 3.1g	①鰯の彩南蛮漬け 1個 ①鶏の彩南蛮漬け 1個 ②ビーフン炒め(ひき肉) 40g ③★小松菜とカニカマのサラダ 40g エネルギー 299Kcal 蛋白質 19.4g 脂質 14.9g 炭水化物 20.8g 食塩 1.8g	①鶏の竜田揚げ 1個 ①自家製スペイン風オムレツ 1個 ①スパソテー 35g ②野菜炒め(豚肉) 55g ③★鮭入り昆布巻き 1本 エネルギー 309Kcal 蛋白質 13.7g 脂質 18.7g 炭水化物 21.6g 食塩 2.5g	①赤魚の西京焼き 1ヶ ①筍たっぷり春巻き 1個 ②鶏肉ときやべつのクリーム煮 80g ③ひじき煮 35g エネルギー 313Kcal 蛋白質 16.8g 脂質 12.8g 炭水化物 32.5g 食塩 2.2g
夕	①自家製から揚げ 2個 ①★スパゲティサラダ 40g ②大根と大豆入り五目煮 55g ③★胡麻和え(ほうれん草) 35g ④★手づくり杏仁豆腐 30g エネルギー 434Kcal 蛋白質 18.2g 脂質 25.7g 炭水化物 31.0g 食塩 2.0g	①タラの南蛮漬け 1個 ①煮卵 2分の1個 ②すき昆布煮 45g ③かぶのそぼろ煮 45g エネルギー 192Kcal 蛋白質 18.0g 脂質 6.5g 炭水化物 15.4g 食塩 2.3g	①鮭のちゃんちゃん焼き 1切 ②茄子の味噌炒め 60g ③★わかめと春雨の酢の物 35g ④★オレンジゼリー 30g エネルギー 238Kcal 蛋白質 14.2g 脂質 10.5g 炭水化物 20.9g 食塩 2.2g	①牛肉とネギのガーリック炒め 120g ②ひじき煮 45g ③★切干大根のコールスロー 35g エネルギー 377Kcal 蛋白質 12.5g 脂質 25.7g 炭水化物 23.0g 食塩 1.5g	①★自家製茶碗蒸し 1個 ①黄金カレイのフリッター揚げ 1個 ②ポークチャップ 60g ③★キャベツのなめ茸和え 35g ④★くだもの(杏仁フルーツ) 20g エネルギー 296Kcal 蛋白質 20.0g 脂質 12.0g 炭水化物 25.2g 食塩 3.0g	①鯖の塩焼き 1切 ①ブロッコリーとコーンのソテー 30g ②厚揚げ麻婆豆腐 80g ③★わかめとやしの酢の物 35g エネルギー 258Kcal 蛋白質 19.9g 脂質 13.8g 炭水化物 12.4g 食塩 2.1g	①煮込みハンバーグ 1個 ①人参のグラッセ 1個 ②干しかぶ煮 60g ③ミートスパゲティ 35g エネルギー 298Kcal 蛋白質 15.6g 脂質 13.5g 炭水化物 28.6g 食塩 2.6g
一日合計	エネルギー 829Kcal 蛋白質 39.1g 脂質 49.3g 炭水化物 50.8g 食塩 5.3g	エネルギー 686Kcal 蛋白質 43.5g 脂質 31.6g 炭水化物 53.5g 食塩 6.2g	エネルギー 765Kcal 蛋白質 30.5g 脂質 42.0g 炭水化物 66.0g 食塩 5.7g	エネルギー 722Kcal 蛋白質 36.4g 脂質 35.4g 炭水化物 61.3g 食塩 5.5g	エネルギー 735Kcal 蛋白質 44.7g 脂質 33.9g 炭水化物 59.3g 食塩 5.9g	エネルギー 680Kcal 蛋白質 40.9g 脂質 37.9g 炭水化物 42.1g 食塩 5.8g	エネルギー 771Kcal 蛋白質 37.4g 脂質 36.2g 炭水化物 74.1g 食塩 5.6g

※★マークがついている料理は【冷菜】となります。「温めず」にお召し上がりください。
 ※「〇個」と記載のあるものは個数で、それ以外は表示のグラム数を目安に盛付けをお願いいたします。
 （「2分の1表記」の場合は、盛付け前にカットをしてご提供ください。）
 ※献立名の頭の番号は、盛付けするお皿の区分を示しています。同じ番号のお料理を、同じお皿へ盛付けしてください。（目安です。）
 ※使用の魚は全て「骨取り」の魚となりますが、まれに小骨が取り切れていない場合がございますので、ご注意ください。
 ※材料入手の関係で、多少の献立の変更をさせていただく場合がございます。ご理解ください。

受付時間：月曜日～土曜日 8：00～17：00（日曜・祝日を除きます）
 電話：025-259-3200 FAX：025-259-3400
 Mail：bento-sozai@oyanagishokuhin.com



小柳食品株式会社
 本社・元島工場／新潟市北区新元島町3942-5
 大形惣菜店／新潟市東区大形本町3-5-35

チルドパック惣菜【朝昼夕】週間メニュー表

2026年（令和8年）

【6月の第2週目】の献立表

※下記の栄養価は「おかずのみ」の数値です。（ごはん・汁物は含まれておりません）

毎週土曜日17:00までに、
翌々週（月曜日～日曜日分）のご注文をお願いします。

また、数量変更・キャンセルにつきましては、
喫食日の4日前の正午までにお願いします。

	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)	6月14日(日)
朝	①ブレンオムレツ 1個 ソース5g ②★ベーコンのポテトサラダ 30g ③焼きたらこ 10g エネルギー 153Kcal 蛋白質 7.4g 脂質 10.1g 炭水化物 8.4g 食塩 1.5g	①ピーマンと挽肉のオイスター炒め 45g□ ②★南瓜のサラダ40g エネルギー 106Kcal 蛋白質 3.5g 脂質 5.2g 炭水化物 11.5g 食塩 0.5g	①大根いっそく煮 60g ②出汁巻き玉子（あご出汁）2切 ③★つくだ煮 10g エネルギー 84Kcal 蛋白質 4.1g 脂質 3.0g 炭水化物 11.1g 食塩 1.5g	①炒り卵 45g ②★もやしと人参のナムル 35g ③大豆の醤油煮 30g エネルギー 164Kcal 蛋白質 8.4g 脂質 7.3g 炭水化物 16.2g 食塩 1.2g	①すき焼き風煮（豚肉）60g ②★ゴーヤの胡麻ドレ和え 40g エネルギー 125Kcal 蛋白質 3.7g 脂質 9.3g 炭水化物 7.7g 食塩 1.0g	①干しかぶ煮 60g ②★やわらかごぼうサラダ 30g エネルギー 118Kcal 蛋白質 3.0g 脂質 6.6g 炭水化物 12.5g 食塩 1.0g	①ナポリタンポテト 40g ②★ブロッコリーのマヨネーズ和え 40g□ ③★つくだ煮 10g エネルギー 104Kcal 蛋白質 2.9g 脂質 5.1g 炭水化物 13.1g 食塩 0.9g
昼	①そば(温) 麺150 ①★濃縮出汁(温そば) 30g ①海老の天婦羅 1ケ ①蒲鉾 1枚 ②栗かぼちゃのうま煮 1個 ②一口昆布巻き 1個 エネルギー 330Kcal 蛋白質 14.1g 脂質 4.0g 炭水化物 59.7g 食塩 3.9g	①手製たれカツ 1個 ①焼きシシャモ 1本 ②茄子けんちん煮 75g ③★切干大根のコールスローサラダ 35g ④★ぶどうゼリー 30g エネルギー 246Kcal 蛋白質 14.7g 脂質 9.4g 炭水化物 25.5g 食塩 2.5g	①鯖の味噌煮 1切 ①椎茸煮 1個 ②酢豚 80g ③★小松菜とえのきのおひたし 35g エネルギー 295Kcal 蛋白質 17.4g 脂質 13.3g 炭水化物 24.8g 食塩 2.8g	①油淋鶏 1個 ①煮卵 2分の1個 ②五目きんぴら 45g ③★自家製ポテトサラダ 40g エネルギー 361Kcal 蛋白質 13.8g 脂質 24.3g 炭水化物 20.6g 食塩 2.8g	①やわらかハンバーグ 1個 ①黄金カレイのフリッター揚げ 1個 ②つき大根とうち豆の煮もの 50g ③揚げ茄子の甘味噌和え 38g ④★フルーツシロップ漬け25g エネルギー 273Kcal 蛋白質 17.1g 脂質 9.7g 炭水化物 28.2g 食塩 2.1g	①いかカツ 1個 ①鰯(ぶり)の照り焼き 1個 ②ハ宝菜(豚肉) 80g ③手づくり卵の花 40g エネルギー 341Kcal 蛋白質 18.6g 脂質 18.3g 炭水化物 21.8g 食塩 2.3g	①麻婆丼の具 160g (麻婆丼としてお召し上がり下さい) ②舞茸の天婦羅 30g ③栗かぼちゃのうま煮 1個 ③一口昆布巻き 1個 エネルギー 293Kcal 蛋白質 11.4g 脂質 16.9g 炭水化物 24.8g 食塩 1.8g
夕	①鶏肉の山椒焼き 65g□ ①スナップエンドウのソテー20g ②豚バラと大根の短冊炒め 55g ③★ほうれん草とえのきのおひたし 35g エネルギー 288Kcal 蛋白質 21.9g 脂質 13.3g 炭水化物 18.5g 食塩 2.2g	①サワラの磯天ぷら 1個 □ ①さつまいもの天婦羅 1個 ②ぜんまいと筍の炒め煮 50g ③★菜の花の辛し和え 35g ④★漬物 8g エネルギー 354Kcal 蛋白質 18.8g 脂質 15.1g 炭水化物 34.9g 食塩 1.5g	①牛丼の具 110g (牛丼としてお召し上がり下さい) ②★カニカマとスバゲティのサラダ 40g ③★漬物 8g エネルギー 376Kcal 蛋白質 12.1g 脂質 26.4g 炭水化物 20.2g 食塩 1.9g	①手製鰯(あじ)フライ 1個 ①緑黄色野菜と豆腐のふわっと揚げ 2/1個 ①★自家製タルタルソース 20g ②高野豆腐の中華煮 2個(45g) ③★ズッキーニのトマト風味サラダ40g エネルギー 367Kcal 蛋白質 21.0g 脂質 22.0g 炭水化物 20.3g 食塩 2.0g	①鯖の醤油煮 1切 ①がんもどき煮 1個 ①インゲン 1個 ②かぼちゃのそぼろあんかけ 40g ③★ブロッコリーとツナのバジルサラダ40g エネルギー 286Kcal 蛋白質 15.5g 脂質 17.4g 炭水化物 16.3g 食塩 1.4g	①鶏のパン粉焼 30g3個 ①スナップエンドウのソテー20g ②海鮮クリーム煮 80g ③★ひじきとお豆のサラダ(マヨ) 35g エネルギー 322Kcal 蛋白質 20.3g 脂質 19.2g 炭水化物 15.5g 食塩 1.3g	①赤魚の麴漬け焼き 1切 ①チーズ包みメンチカツ 1個 ②ビーフン炒め(ひき肉) 60g ③★菜の花の辛し和え 35g エネルギー 281Kcal 蛋白質 19.6g 脂質 11.2g 炭水化物 25.1g 食塩 3.1g
一日合計	エネルギー 771Kcal 蛋白質 43.4g 脂質 27.4g 炭水化物 86.6g 食塩 7.6g	エネルギー 706Kcal 蛋白質 37.0g 脂質 29.7g 炭水化物 71.9g 食塩 4.5g	エネルギー 755Kcal 蛋白質 33.6g 脂質 42.7g 炭水化物 56.1g 食塩 6.2g	エネルギー 892Kcal 蛋白質 43.2g 脂質 53.6g 炭水化物 57.1g 食塩 6.0g	エネルギー 684Kcal 蛋白質 36.3g 脂質 36.4g 炭水化物 52.2g 食塩 4.5g	エネルギー 781Kcal 蛋白質 41.9g 脂質 44.1g 炭水化物 49.8g 食塩 4.6g	エネルギー 678Kcal 蛋白質 33.9g 脂質 33.2g 炭水化物 63.0g 食塩 5.8g

※★マークがついている料理は【冷菜】となります。「温めず」にお召し上がりください。

※「〇個」と記載のあるものは個数で、それ以外は表示のグラム数を目安に盛付けをお願いいたします。

（「2分の1表記」の場合は、盛付け前にカットをしてご提供ください。）

※献立名の頭の番号は、盛付けするお皿の区分を示しています。同じ番号のお料理を、同じお皿へ盛付けしてください。（目安です。）

※使用の魚は全て「骨取り」の魚となりますが、まれに小骨が取り切れていない場合がございますので、ご注意ください。

※材料入手の関係で、多少の献立の変更をさせていただく場合がございます。ご理解ください。

受付時間：月曜日～土曜日 8：00～17：00（日曜・祝日を除きます）

電話：025-259-3200 FAX：025-259-3400

Mail：bento-sozai@oyanagishokuhin.com



小柳食品株式会社

本社・元島工場／新潟市北区新元島町3942-5
大形惣菜店／新潟市東区大形本町3-5-35

チルドパック惣菜【朝昼夕】週間メニュー表

2026年（令和8年）

【6月の第3週目】の献立表

※下記の栄養価は「おかずのみ」の数値です。（ごはん・汁物は含まれておりません）

毎週土曜日17:00までに、
翌々週（月曜日～日曜日分）のご注文をお願いします。

また、数量変更・キャンセルにつきましては、
喫食日の4日前の正午までにお願いします。

	6月15日(月)	6月16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月20日(土)	6月21日(日)
朝	①野菜の卵とじ 65g ②海老たっぷりカツ 2分の1 ③★漬物 8g エネルギー 110Kcal 蛋白質 6.5g 脂質 3.7g 炭水化物 12.6g 食塩 1.3g	①柳川風煮 45g□ ②★春雨中華 35g エネルギー 134Kcal 蛋白質 5.6g 脂質 6.7g 炭水化物 11.5g 食塩 0.9g	①ひじき煮 45g ②★カニカマとスパゲティのサラダ 40g ③★つくだ煮 10g エネルギー 135Kcal 蛋白質 4.0g 脂質 6.8g 炭水化物 15.9g 食塩 1.3g	①筑前煮 60g ②★オクラの和え物 40g ③★つくだ煮 10g エネルギー 95Kcal 蛋白質 5.7g 脂質 3.2g 炭水化物 12.3g 食塩 1.5g	①じゃが芋とウインナーソーテー 45g ②★小松菜とツナ、コーンのサラダ 35g エネルギー 125Kcal 蛋白質 3.6g 脂質 8.9g 炭水化物 8.4g 食塩 0.7g	①炒り豆腐 55g ②ウインナー 2本 エネルギー 130Kcal 蛋白質 8.3g 脂質 7.0g 炭水化物 8.0g 食塩 1.4g	①炒り卵 45g ②★もやしの青しそドレ和え 40g ③★つくだ煮 10g エネルギー 99Kcal 蛋白質 4.3g 脂質 4.4g 炭水化物 10.5g 食塩 1.0g
昼	★わかめごはん(まぜこみ) 2.5g ①おでん(大根・竹輪 ウインナー・椎茸)各1個 ②ホッケのフリッター揚げ 1個 ③★自家製明太ポテトサラダ 40g ④★牛乳寒天 30g エネルギー 277Kcal 蛋白質 14.2g 脂質 15.3g 炭水化物 20.5g 食塩 3.3g	①赤魚の煮つけ 1切 ①車麩の煮つけ 1個 ①人参の煮つけ 1個 椎茸煮 1個 ②回鍋肉 55g ③揚げ出し豆腐 1個 【タレ】しょうが餡 50g) エネルギー 320Kcal 蛋白質 17.4g 脂質 14.3g 炭水化物 25.7g 食塩 2.2g	①鯖の塩焼き 1切 ②さつまいもの天婦羅 1個 ③ボークチャップ 60g ④★小松菜と人参のナムル 35g ⑤★フルーツシロップ漬け25g エネルギー 293Kcal 蛋白質 17.3g 脂質 13.2g 炭水化物 24.7g 食塩 2.0g	①シーフードカレー 160g (カレーライスとしてお召し上がり下さい) ②柔らかとんかつ 2分の1個 ③★明太マカロニサラダ 40g エネルギー 322Kcal 蛋白質 12.0g 脂質 15.9g 炭水化物 32.1g 食塩 2.7g	①鯖(さわら)のしそ味噌焼き 1切 ①野菜コロッケ 1個 ②青椒肉絲 50g ③★わかめとツナの酢の物 35g エネルギー 347Kcal 蛋白質 16.5g 脂質 19.6g 炭水化物 23.9g 食塩 1.7g	①★自家製茶碗蒸し 1個 ①海老たっぷりカツ 1個 ②茄子の味噌炒め 60g ③★春雨中華 35g エネルギー 311Kcal 蛋白質 14.7g 脂質 14.6g 炭水化物 28.4g 食塩 2.8g	①手製海老フライ 1本 ①野菜のフライ(カボチャ)1個 ①★自家製タルタルソース 20g ②牛肉と白菜のすき煮 55g ③ミートマカロニ 40g エネルギー 312Kcal 蛋白質 12.2g 脂質 17.1g 炭水化物 26.7g 食塩 1.7g
夕	①牛肉とネギのガーリック炒め120g ②自家製コロッケ 1個 ③★紅白なます 30g エネルギー 345Kcal 蛋白質 11.7g 脂質 22.7g 炭水化物 20.5g 食塩 1.4g	①自家製ミートボールトマト煮 3個 ②青菜と蓮根のきんぴら風 45g ③★茄子のマリネ 40g エネルギー 353Kcal 蛋白質 19.5g 脂質 18.0g 炭水化物 26.2g 食塩 1.9g	①自家製から揚げ 2個(カレー風味) ①ソース焼きそば 35g ②のっぺ煮 55g ③★胡麻和え(ほうれん草) 35g エネルギー 363Kcal 蛋白質 17.3g 脂質 19.0g 炭水化物 29.6g 食塩 2.3g	①赤魚のみぞれあん 1個 ソース10g ①インゲンの素揚げ 2本 ①かぼちゃの素揚げ 1ヶ ②牛肉の塩麴炒め 60g ③★ベーコンのポテトサラダ 30g エネルギー 268Kcal 蛋白質 14.7g 脂質 16.3g 炭水化物 13.8g 食塩 1.8g	①海鮮中華丼の具160g (海鮮丼としてお召し上がり下さい) ②ハムサラダフライ 1個 ③金時豆の味噌煮 30g ④★オレンジゼリー 30g エネルギー 280Kcal 蛋白質 12.5g 脂質 7.8g 炭水化物 40.7g 食塩 2.9g	①鯖のさっぱり梅煮 1切 ①椎茸煮 1個 ②すき昆布煮 45g ③ピーマンの肉詰めフライ 1個 エネルギー 268Kcal 蛋白質 16.8g 脂質 11.5g 炭水化物 22.6g 食塩 2.7g	①タラの香草パン粉焼き 1個 ①スナップエンドウのソーテー20g ①煮卵 2分の1個 ②大根と大豆入り五目煮 55g ③★自家製明太ポテトサラダ 40g エネルギー 254Kcal 蛋白質 18.6g 脂質 12.0g 炭水化物 18.4g 食塩 3.0g
一日合計	エネルギー 732Kcal 蛋白質 32.4g 脂質 41.7g 炭水化物 53.6g 食塩 6.0g	エネルギー 807Kcal 蛋白質 42.5g 脂質 39.0g 炭水化物 63.4g 食塩 5.0g	エネルギー 791Kcal 蛋白質 38.6g 脂質 39.0g 炭水化物 70.2g 食塩 5.6g	エネルギー 685Kcal 蛋白質 32.4g 脂質 35.4g 炭水化物 58.2g 食塩 6.0g	エネルギー 752Kcal 蛋白質 32.6g 脂質 36.3g 炭水化物 73.0g 食塩 5.3g	エネルギー 709Kcal 蛋白質 39.8g 脂質 33.1g 炭水化物 59.0g 食塩 6.9g	エネルギー 665Kcal 蛋白質 35.1g 脂質 33.5g 炭水化物 55.6g 食塩 5.7g

※★マークがついている料理は【冷菜】となります。「温めずに」お召し上がりください。

※「〇個」と記載のあるものは個数で、それ以外は表示のグラム数を目安に盛付けをお願いいたします。

（「2分の1表記」の場合は、盛付け前にカットをしてご提供ください。）

※献立名の頭の番号は、盛付けするお皿の区分を示しています。同じ番号のお料理を、同じお皿へ盛付けしてください。（目安です。）

※使用の魚は全て「骨取り」の魚となりますが、まれに小骨が取り切れていない場合がございますので、ご注意ください。

※材料入手の関係で、多少の献立の変更をさせていただく場合がございます。ご理解ください。

受付時間：月曜日～土曜日 8：00～17：00（日曜・祝日を除きます）

電話：025-259-3200

FAX：025-259-3400

Mail：bento-sozai@oyanagishokuhin.com



小柳食品株式会社

本社・元島工場／新潟市北区新元島町3942-5
大形惣菜店／新潟市東区大形本町3-5-35

チルドパック惣菜【朝昼夕】週間メニュー表

2026年（令和8年）

【6月の第4週目】の献立表

※下記の栄養価は「おかずのみ」の数値です。（ごはん・汁物は含まれておりません）

毎週土曜日17:00までに、
翌々週（月曜日～日曜日分）のご注文をお願いします。

また、数量変更・キャンセルにつきましては、
喫食日の4日前の正午までにお願いします。

	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	6月27日(土)	6月28日(日)
朝	①野菜炒め(ベーコン) 55g ②三角厚揚げ煮 1個 ②椎茸煮 1個 エネルギー 108Kcal 蛋白質 6.9g 脂質 6.1g 炭水化物 7.7g 食塩 1.1g	①かぶのそぼろ煮 45g□ ②★菜の花の胡麻マヨ和え 35g エネルギー 109Kcal 蛋白質 5.1g 脂質 7.3g 炭水化物 6.6g 食塩 1.0g	①大根とさつま揚げの煮物 45g ②★スパゲティサラダ 40g エネルギー 136Kcal 蛋白質 2.8g 脂質 9.1g 炭水化物 10.5g 食塩 0.6g	①高野豆腐の卵とじ煮 1ヶ ②★ブロッコリーのマヨネーズ和え 35g ③★漬物 8g エネルギー 102Kcal 蛋白質 5.5g 脂質 5.8g 炭水化物 6.4g 食塩 1.4g	①里芋のコンソメ煮 45g ②★胡麻和え(ほうれん草) 35g ③★つくだ煮 10g エネルギー 101Kcal 蛋白質 3.6g 脂質 2.4g 炭水化物 17.7g 食塩 1.1g	①ブレンオムレツ 1個 ソース5g ②★もやしの中華和え 40g ③★漬物 8g エネルギー 93Kcal 蛋白質 5.1g 脂質 5.3g 炭水化物 7.2g 食塩 1.2g	①手づくり卵の花 40g ②かぼちゃのそぼろあんかけ 40g ③焼きたらこ 10g エネルギー 95Kcal 蛋白質 6.5g 脂質 2.5g 炭水化物 11.4g 食塩 1.4g
昼	①うどん(温)麺150g ①★濃縮出汁(温うどん) 16g ①★蒲鉾 1枚/かき揚げ 2分の1個 ②★コールスローサラダ 40g ③海鮮焼売 1個 ③★フルーツシロップ漬け25g エネルギー 371Kcal 蛋白質 8.3g 脂質 12.0g 炭水化物 55.5g 食塩 4.5g	①鰯の塩焼き 1切 ①完熟トマトとチーズの包み揚げ2分の1個 ②のっぺ煮 55g ③★カレー風味マカロニサラダ 40g エネルギー 298Kcal 蛋白質 14.5g 脂質 15.7g 炭水化物 24.6g 食塩 2.1g	①豆腐野菜ハンバーグ 1個 ①手製いかフライ 1個 ②牛丼風煮 55g ③★ほうれん草としめじのおひたし 35g エネルギー 341Kcal 蛋白質 17.6g 脂質 16.8g 炭水化物 29.2g 食塩 2.7g	①縞ホッケの塩焼き 1切 ①カニ風味かまぼこのフライ 1個 ②鶏肉のラタトゥイユ風煮込み 80g ③★ビーフン胡麻マヨサラダ 35g エネルギー 304Kcal 蛋白質 17.5g 脂質 14.1g 炭水化物 25.8g 食塩 2.8g	①自家製から揚げ 2個 ①塩やきそば 35g ②豚バラと大根の短冊炒め 55g ③★きゃべつと薄揚げのゆかり和え 30g エネルギー 388Kcal 蛋白質 17.2g 脂質 23.8g 炭水化物 23.8g 食塩 2.2g	①鯖の塩こうじ漬け焼き 1切 ①ハ宝春巻き 1個 ②大根ときこの、山菜の炒め煮 50g ③鶏肉と卵の親子煮 45g エネルギー 301Kcal 蛋白質 17.0g 脂質 15.2g 炭水化物 21.2g 食塩 2.8g	①桜海老入りクリーミクロック 1個 ①かに玉(甘酢あん) 1個 ②干しかぶ煮 60g ③★ひじきとお豆のサラダ(マヨ) 35g エネルギー 253Kcal 蛋白質 9.3g 脂質 14.3g 炭水化物 24.7g 食塩 1.8g
夕	①鶏肉のステーキ 1枚 ①シシャモフリッター 1個 ②麻婆茄子 80g ③★切干大根とわかめの酢の物 40g□ エネルギー 244Kcal 蛋白質 16.5g 脂質 10.8g 炭水化物 19.9g 食塩 2.4g	①豚肉ときこのおろし煮100g ②揚げ出し豆腐 1個 ②【タレ】しょうが餡 50g ③★鮭入り昆布巻き 1本 エネルギー 382Kcal 蛋白質 14.4g 脂質 25.5g 炭水化物 20.5g 食塩 2.0g	①鰯(さわら)の西京焼き 1個 ①手製ヒレカツ 1枚 ②青菜と蓮根のきんぴら風 45g ③★ひじきの和風サラダ 35g ④★牛乳寒天 30g エネルギー 269Kcal 蛋白質 20.6g 脂質 9.1g 炭水化物 24.4g 食塩 1.8g	①水餃子 3個 (タレ45g) □ ②青椒肉絲 50g ③★切干大根とわかめの酢の物 40g□ エネルギー 258Kcal 蛋白質 7.6g 脂質 14.8g 炭水化物 21.4g 食塩 1.4g	①黄金カレイの塩焼き 1個 ①手製ハムカツ 1枚 ②ぜんまいと筍の炒め煮 50g ③★マカロニサラダ 40g エネルギー 252Kcal 蛋白質 20.1g 脂質 10.6g 炭水化物 19.5g 食塩 2.6g	①やわらかハンバーグ 1個 おろしソース ①煮卵 2分の1個 ②鶏肉のマーメイド煮 80g ③★茄子とズッキーニの茗荷ポン酢 35g エネルギー 296Kcal 蛋白質 17.0g 脂質 16.0g 炭水化物 17.5g 食塩 2.2g	①鯖のチリソースかけ 1個チリソース50g ②豚肉と小松菜、卵のオイスター炒め 55g ③★オクラのなめ茸和え 40g□ エネルギー 339Kcal 蛋白質 18.5g 脂質 20.5g 炭水化物 18.7g 食塩 1.7g
一日合計	エネルギー 723Kcal 蛋白質 31.7g 脂質 28.9g 炭水化物 83.1g 食塩 8.0g	エネルギー 789Kcal 蛋白質 34.0g 脂質 48.5g 炭水化物 51.7g 食塩 5.1g	エネルギー 746Kcal 蛋白質 41.0g 脂質 35.0g 炭水化物 64.1g 食塩 5.1g	エネルギー 664Kcal 蛋白質 30.6g 脂質 34.7g 炭水化物 53.6g 食塩 5.6g	エネルギー 741Kcal 蛋白質 40.9g 脂質 36.8g 炭水化物 61.0g 食塩 5.9g	エネルギー 690Kcal 蛋白質 39.1g 脂質 36.5g 炭水化物 45.9g 食塩 6.2g	エネルギー 687Kcal 蛋白質 34.3g 脂質 37.3g 炭水化物 54.8g 食塩 4.9g

※★マークがついている料理は【冷菜】となります。「温めず」にお召し上がりください。

※「〇個」と記載のあるものは個数で、それ以外は表示のグラム数を目安に盛付けをお願いいたします。

（「2分の1表記」の場合は、盛付け前にカットをしてご提供ください。）

※献立名の頭の番号は、盛付けするお皿の区分を示しています。同じ番号のお料理を、同じお皿へ盛付けしてください。（目安です。）

※使用の魚は全て「骨取り」の魚となりますが、まれに小骨が取り切れていない場合がございますので、ご注意ください。

※材料入手の関係で、多少の献立の変更をさせていただく場合がございます。ご理解ください。

受付時間：月曜日～土曜日 8：00～17：00（日曜・祝日を除きます）

電話：025-259-3200 FAX：025-259-3400

Mail：bento-sozai@oyanagishokuhin.com



小柳食品株式会社

本社・元島工場／新潟市北区新元島町3942-5
大形惣菜店／新潟市東区大形本町3-5-35

チルドパック惣菜【朝昼夕】週間メニュー表

2026年（令和8年）

【6月の第5週目】の献立表

※下記の栄養価は「おかずのみ」の数値です。（ごはん・汁物は含まれておりません）

	6月29日（月）	6月30日（火）
朝	①青菜炒め（小松菜）45g ②★茄子の生姜醤油和え 40g	①高野豆腐の煮物 2個 ②★ベーコンのポテトサラダ 30g ③★つくだ煮 10g
	エネルギー 117Kcal 蛋白質 2.8g 脂質 9.1g 炭水化物 4.3g 食塩 0.7g	エネルギー 129Kcal 蛋白質 6.3g 脂質 7.7g 炭水化物 9.3g 食塩 1.2g
昼	①鯖（さわら）の越後味噌漬け焼き 1切 ①自家製コロッケ 1個 ②酢豚 80g ③★切干大根のゆかり和え 40g	①手製ヒレカツ 1枚 ①焼きシシャモ 1本 ①焼うどん 35g ②海鮮クリーム煮 80g ③★小松菜とえのきのおひたし 35g
	エネルギー 266Kcal 蛋白質 13.2g 脂質 12.1g 炭水化物 23.4g 食塩 2.3g	エネルギー 270Kcal 蛋白質 18.9g 脂質 7.8g 炭水化物 30.2g 食塩 2.4g
夕	①豚丼の具 120g （豚丼としてお召し上がり下さい） ②★青梗菜の海苔和え 40g ③★漬物 8g ④★ぶどうゼリー 30g	①赤魚の煮つけ 1切 ①三角厚揚げ煮 1個 ①人参の煮つけ 1個/椎茸煮 1個 ②ブロッコリーとイカの炒め物 45g ③★自家製ポテトサラダ 40g
	エネルギー 347Kcal 蛋白質 10.6g 脂質 25.7g 炭水化物 15.2g 食塩 1.8g	エネルギー 317Kcal 蛋白質 19.2g 脂質 16.4g 炭水化物 22.7g 食塩 2.0g
一日合計	エネルギー 730Kcal 蛋白質 26.6g 脂質 46.9g 炭水化物 42.9g 食塩 4.8g	エネルギー 716Kcal 蛋白質 44.4g 脂質 31.9g 炭水化物 62.2g 食塩 5.6g

※★マークがついている料理は【冷菜】となります。「温めずに」お召し上がりください。

※「〇個」と記載のあるものは個数で、それ以外は表示のグラム数を目安に盛付けをお願いいたします。

（「2分の1表記」の場合は、盛付け前にカットをしてご提供ください。）

※献立名の頭の番号は、盛付けするお皿の区分を示しています。同じ番号のお料理を、同じお皿へ盛付けしてください。（目安です。）

※使用の魚は全て「骨取り」の魚となりますが、まれに小骨が取り切れていない場合がございますので、ご注意ください。

※材料入手の関係で、多少の献立の変更をさせていただく場合がございます。ご理解ください。

受付時間：月曜日～土曜日 8：00～17：00（日曜・祝日を除きます）

電話：025-259-3200 FAX：025-259-3400

Mail：bento-sozai@oyanagishokuhin.com

毎週土曜日17:00までに、翌々週（月曜日～日曜日分）のご注文をお願いします。

また、数量変更・キャンセルにつきましては、喫食日の4日前の正午までをお願いします。



小柳食品株式会社
本社・元島工場／新潟市北区新元島町3942-5
大形惣菜店／新潟市東区大形本町3-5-35