

チルドパック惣菜【朝昼夕】週間メニュー表

2026年（令和8年）

【9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します。

	8月31日(月)	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)	9月6日(日)
朝	①人参と卵の炒め物 40g ②ひじき煮 45g ③★漬物 8g エネルギー 87Kcal 蛋白質 7.4g 脂質 4.2g 炭水化物 5.3g 食塩 1.0g	①かに玉(甘酢あん) 1個 ②★小松菜とコーンの和え物 40g ③★つくだ煮 10g エネルギー 96Kcal 蛋白質 6.5g 脂質 4.2g 炭水化物 11.4g 食塩 1.3g	①大根いっそく煮 60g ②★棒棒鶏サラダ(ごまドレ) 40g ③★漬物 8g エネルギー 86Kcal 蛋白質 4.3g 脂質 3.4g 炭水化物 9.4g 食塩 1.3g	①ピーマン炒め(ひき肉) 40g ②栗かぼちゃのうま煮 1個 ③★法蓮草のナムル 40g エネルギー 90Kcal 蛋白質 3.3g 脂質 2.7g 炭水化物 13.2g 食塩 0.9g	①ピーマンと揚げの炒め物 45g ②★コールスローサラダ 40g ③★つくだ煮 10g エネルギー 116Kcal 蛋白質 1.9g 脂質 8.2g 炭水化物 9.4g 食塩 0.7g	①炒り卵 45g ②★胡麻和え(春菊) 35g ③★漬物 8g エネルギー 126Kcal 蛋白質 5.4g 脂質 6.2g 炭水化物 12.0g 食塩 1.1g	①キャベツとあさりの炒め物 40g ②★南瓜のサラダ 40g エネルギー 111Kcal 蛋白質 2.1g 脂質 5.3g 炭水化物 13.2g 食塩 0.6g
昼	【冷やし中華】①★中華麺(冷) 150g ①★冷やし中華のタレ(ストレート) 50g ①★錦糸卵(トッピング) 20g ①★ロースハム千切り(トッピング) 15g ①★薬味(わかめ) 10g ②カニカマ天婦羅 1個/ピーマンの天婦羅 1個 エネルギー 388Kcal 蛋白質 14.7g 脂質 7.7g 炭水化物 61.3g 食塩 3.6g	①鍋ホッケの塩焼き 1切 ①ささみフライ 1個 ②筑前煮 60g ③★茄子とズッキーニの茗荷ポン酢 35g エネルギー 268Kcal 蛋白質 18.1g 脂質 12.7g 炭水化物 18.7g 食塩 2.4g	①鯖(さわら)のフリッター揚げ 1個 ①オーロラソース 10g ①塩やきそば 35g ②ぜんまいと筍の炒め煮 50g ③ジャーマンポテト 40g エネルギー 281Kcal 蛋白質 13.7g 脂質 12.8g 炭水化物 27.5g 食塩 2.1g	①赤魚の煮つけ 1切 ①がんとどき煮 1個 ①オクラのわさび風味 10g ②すき昆布煮 45g ③チーズチキンカツ 1個 エネルギー 243Kcal 蛋白質 18.6g 脂質 9.0g 炭水化物 21.2g 食塩 2.0g	①鶏のパン粉焼 2個 ①ミートスパゲティ 35g ②牛肉と白菜のすき煮 55g ③★茄子の生姜醤油和え 40g エネルギー 342Kcal 蛋白質 15.7g 脂質 22.5g 炭水化物 14.6g 食塩 1.7g	①鱈の塩焼き 1切 ①キーマカレーコロッケ 1個 ②青菜炒め(小松菜) 45g ③★マカロニサラダ 40g エネルギー 295Kcal 蛋白質 13.2g 脂質 17.5g 炭水化物 22.4g 食塩 1.6g	【カレーライス】 ①ボークカレー 160g ②海老たっぷりカツ 1個 ③★ほうれん草としめじのおひたし 35g エネルギー 390Kcal 蛋白質 13.1g 脂質 22.5g 炭水化物 33.5g 食塩 2.6g
夕	①韓国風ブルコギ 100g ②高野豆腐の煮物 2個 ③ゴーヤと油揚げ、もやしのおひたし エネルギー 347Kcal 蛋白質 15.8g 脂質 23.6g 炭水化物 14.9g 食塩 1.6g	①水餃子 3個(タレ45g) 1個 ②麻婆豆腐 80g ③★白菜のサラダ(マヨ) 40g ④明太子スパゲティ 35g エネルギー 319Kcal 蛋白質 10.9g 脂質 17.2g 炭水化物 29.1g 食塩 2.1g	①自家製から揚げ 2個 ①スナップエンドウのソテー 20g ②のっぺ煮 55g ③★春雨中華 35g エネルギー 283Kcal 蛋白質 15.1g 脂質 13.4g 炭水化物 24.9g 食塩 1.8g	【豚丼】 ①豚肉と玉ねぎの甘辛煮 100g ①★漬物 8g ②★温泉卵 1個 ③★カリフラワーの胡麻ドレ和え 25g エネルギー 387Kcal 蛋白質 15.4g 脂質 28.9g 炭水化物 13.2g 食塩 1.8g	①手製鰻(あじ)フライ 1個 ①ミニトマト 1個 ②★自家製茶碗蒸し 1個 ③蓮根とベーコンの炒め物 45g エネルギー 238Kcal 蛋白質 18.3g 脂質 9.0g 炭水化物 13.0g 食塩 2.1g	①牛肉の塩麹炒め 100g ②大豆と竹輪煮 35g ③★オクラの和え物 40g エネルギー 288Kcal 蛋白質 13.0g 脂質 18.5g 炭水化物 15.9g 食塩 1.4g	①タラの山椒焼き 1切 ①厚焼き玉子 1切 ②八宝菜(豚肉) 80g ③蟹クリームスパゲティ 35g エネルギー 246Kcal 蛋白質 17.5g 脂質 10.7g 炭水化物 17.8g 食塩 2.2g
一日合計	エネルギー 828Kcal 蛋白質 33.9g 脂質 35.4g 炭水化物 88.0g 食塩 6.6g	エネルギー 683Kcal 蛋白質 35.5g 脂質 34.1g 炭水化物 59.2g 食塩 5.8g	エネルギー 650Kcal 蛋白質 33.1g 脂質 29.6g 炭水化物 61.8g 食塩 5.2g	エネルギー 720Kcal 蛋白質 37.3g 脂質 40.6g 炭水化物 47.6g 食塩 4.7g	エネルギー 696Kcal 蛋白質 35.9g 脂質 39.7g 炭水化物 37.0g 食塩 4.5g	エネルギー 709Kcal 蛋白質 31.6g 脂質 42.2g 炭水化物 50.3g 食塩 4.1g	エネルギー 747Kcal 蛋白質 32.7g 脂質 38.5g 炭水化物 64.5g 食塩 5.4g

※★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3-35

チルドパック惣菜【朝昼夕】週間メニュー表

2026年（令和8年）

【9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ひします。

	9月7日(月)	9月8日(火)	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)	9月13日(日)
朝	①柳川風煮 45g□ ②★わかめともやしの酢の物 35g エネルギー 124Kcal 蛋白質 5.4g 脂質 6.6g 炭水化物 9.3g 食塩 1.1g	①ナポリタンポテト 40g ②★ひじきとお豆のサラダ(マヨ) 35g ③★つくだ煮 10g エネルギー 107Kcal 蛋白質 2.2g 脂質 6.0g 炭水化物 12.6g 食塩 0.8g	①つき大根とうち豆の煮もの 50g ②出汁巻き玉子(あご出汁) 2切 ③★漬物 8g エネルギー 90Kcal 蛋白質 4.6g 脂質 4.1g 炭水化物 8.5g 食塩 1.0g	①ブレンオムレツ 1個 ソース5g ①ロースハム 1枚 ②★キャベツの和風ドレッシング和え 35g エネルギー 115Kcal 蛋白質 6.9g 脂質 6.1g 炭水化物 8.5g 食塩 1.3g	①ピーマンと挽肉のオイスター炒め 45g□ ②★明太マカロニサラダ 40g ③漬物 8g エネルギー 118Kcal 蛋白質 4.2g 脂質 6.3g 炭水化物 11.3g 食塩 0.7g	①里芋のコンソメ煮 45g ②★ごぼうサラダ 30g ③★つくだ煮 10g エネルギー 86Kcal 蛋白質 2.5g 脂質 1.6g 炭水化物 16.5g 食塩 1.2g	①炒り豆腐 55g ②★玉葱のマリネ 40g エネルギー 107Kcal 蛋白質 4.6g 脂質 4.9g 炭水化物 11.8g 食塩 0.9g
昼	【かき揚げそば(温)】①麺150g ①★濃縮出汁 30g ①かき揚げ 1個 ①★薬味ネギ 5g ②★こんにゃくの梅和え 35g□ ③★フルーツシロップ漬け30g エネルギー 387Kcal 蛋白質 10.5g 脂質 6.7g 炭水化物 71.4g 食塩 3.9g	①黄金カレイの塩焼き 1個 ①さつまいもの天婦羅 1個 ②ゴーヤチャンプルー 60g ③★小松菜と人参のナムル 35g エネルギー 228Kcal 蛋白質 16.1g 脂質 10.9g 炭水化物 14.9g 食塩 2.1g	【★ゆかりごはん】(混ぜ込) 2g ①ごちそうキャベツメンチ 1個 ①ブロッコリー 1個 ②牛肉の野菜炒め 55g ③車麩の卵とじ煮 1ヶ エネルギー 295Kcal 蛋白質 11.5g 脂質 16.8g 炭水化物 21.1g 食塩 2.7g	①おでん盛り合わせ (大根・鶏つみれ・竹輪・ウインナー・しいたけ・うずら) 1個 ②八宝春巻き 1個 ③★ブロッコリーとツナのバジルサラダ40g エネルギー 311Kcal 蛋白質 11.7g 脂質 20.0g 炭水化物 21.7g 食塩 2.2g	①鯖の塩焼き 1切 ①イカの天婦羅 2分の1個 ②のっぺ煮 55g ③★春雨中華 35g エネルギー 248Kcal 蛋白質 19.4g 脂質 10.0g 炭水化物 19.2g 食塩 2.3g	①油淋鶏 1個 タレ15g ①煮卵 2分の1個 ②茄子の味噌炒め 60g ③ひじき煮 35g エネルギー 318Kcal 蛋白質 14.7g 脂質 20.1g 炭水化物 20.1g 食塩 2.9g	①鯖(さわら)の西京焼き 1個 ①アスパラベーコンのコロッケ 1個 ②車麩の煮つけ 1個 ②鶏のつみれ煮 1個 ③★小松菜とカニカマのサラダ 40g エネルギー 338Kcal 蛋白質 16.1g 脂質 20.7g 炭水化物 18.5g 食塩 2.0g
夕	①鯖(さわら)のしそ味噌焼き 1切 ①肉焼売 1個 ②青椒肉絲 50g ③★切干大根のゆかり和え 40g エネルギー 275Kcal 蛋白質 14.6g 脂質 16.3g 炭水化物 15.8g 食塩 1.2g	【焼き鳥丼】 ①焼き鳥丼の具 肉65g卵20g ②青梗菜のナンプラー炒め 40g ③★漬物 8g エネルギー 322Kcal 蛋白質 21.4g 脂質 19.6g 炭水化物 13.2g 食塩 2.0g	①タラの南蛮漬け 1個 ②肉じゃが 65g ③★白菜の昆布和え 40g ④★手づくり杏仁豆腐 30g エネルギー 294Kcal 蛋白質 16.2g 脂質 7.2g 炭水化物 39.4g 食塩 2.5g	①豚肉の塩胡麻油炒め 120g ②手づくり卵の花 40g ③★もやしと人参のナムル 35g エネルギー 236Kcal 蛋白質 13.8g 脂質 12.9g 炭水化物 15.9g 食塩 2.4g	①クリームシチュー(鶏肉) 140g ②緑黄色野菜と豆腐のふわっと揚げ 1個 ③★青梗菜の辛し和え 40g エネルギー 329Kcal 蛋白質 11.4g 脂質 18.6g 炭水化物 29.6g 食塩 2.6g	①赤魚の煮つけ 1切 ①人参の煮つけ 1個 ①椎茸煮 1個 ②厚揚げ麻婆豆腐 80g ③★切干大根のコールスローサラダ 35g エネルギー 250Kcal 蛋白質 15.1g 脂質 11.9g 炭水化物 20.5g 食塩 1.7g	①豚肉ときのこのおろし煮 100g ②五目きんぴら 45g ③★インゲンのツナ和え 20g エネルギー 314Kcal 蛋白質 11.5g 脂質 21.0g 炭水化物 14.8g 食塩 2.1g
一日合計	エネルギー 786Kcal 蛋白質 30.5g 脂質 29.6g 炭水化物 96.5g 食塩 6.2g	エネルギー 657Kcal 蛋白質 39.7g 脂質 36.5g 炭水化物 40.7g 食塩 4.9g	エネルギー 679Kcal 蛋白質 32.3g 脂質 28.1g 炭水化物 69.0g 食塩 6.2g	エネルギー 662Kcal 蛋白質 32.4g 脂質 39.0g 炭水化物 46.1g 食塩 5.9g	エネルギー 695Kcal 蛋白質 35.0g 脂質 34.9g 炭水化物 60.1g 食塩 5.6g	エネルギー 654Kcal 蛋白質 32.3g 脂質 33.6g 炭水化物 57.1g 食塩 5.8g	エネルギー 759Kcal 蛋白質 32.2g 脂質 46.6g 炭水化物 45.1g 食塩 5.0g

※★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）

【9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。

	9月14日(月)	9月15日(火)	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)	9月20日(日)
朝	①ウインナーのカレー炒め 40g ②★温泉卵 1個 ③★漬物 8g エネルギー 134Kcal 蛋白質 9.3g 脂質 8.2g 炭水化物 4.4g 食塩 1.1g	①野菜炒め(豚肉) 55g ②★えのきの酢の物 40g□ エネルギー 93Kcal 蛋白質 3.5g 脂質 5.2g 炭水化物 8.5g 食塩 1.3g	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 129Kcal 蛋白質 6.3g 脂質 7.7g 炭水化物 9.3g 食塩 1.2g	①麩の煮つけ 45g ②★胡麻和え(ほうれん草) 35g ③★つくだ煮 10g エネルギー 92Kcal 蛋白質 4.5g 脂質 3.0g 炭水化物 11.6g 食塩 1.1g	①炒り卵 45g ②★キャベツの浅漬け 35g エネルギー 85Kcal 蛋白質 3.7g 脂質 4.2g 炭水化物 7.6g 食塩 0.9g	①じゃが芋のチーズ炒め 45g ②ひじき煮 35g エネルギー 78Kcal 蛋白質 3.1g 脂質 1.7g 炭水化物 13.8g 食塩 1.0g	①青菜炒め(小松菜) 45g ②★茄子の生姜醤油和え 40g エネルギー 97Kcal 蛋白質 2.9g 脂質 7.1g 炭水化物 4.3g 食塩 0.7g
昼	【たれカツ丼】 ①たれカツ丼 3枚 タレ 50g ②★春菊としめじのおひたし 35g ③★漬物 8g エネルギー 269Kcal 蛋白質 20.5g 脂質 6.4g 炭水化物 33.3g 食塩 4.0g	①ハンバーグ(手作りデミグラス) 1個 ①手作りデミグラスソース 30g ①シシャモの天婦羅 1個 ②大根と大豆入り五目煮 55g ③★鮭入り昆布巻き 1本 エネルギー 257Kcal 蛋白質 16.2g 脂質 10.0g 炭水化物 26.8g 食塩 3.0g	①鍋ホッケの塩焼き 1切 ①自家製コロッケ 1個 ②青椒肉絲 50g ③★きやべつと薄揚げのゆかり和え 30g エネルギー 232Kcal 蛋白質 14.1g 脂質 15.0g 炭水化物 9.3g 食塩 2.4g	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明太子スパゲティ 35g ③すき焼き風煮(豚肉) 60g エネルギー 300Kcal 蛋白質 11.2g 脂質 17.3g 炭水化物 25.1g 食塩 2.1g	①鯖の味噌煮 1切 ①蒲鉾煮 1個 ①椎茸煮 1個 ②ナポリタンポテト 40g ③★ほうれん草とえのきのおひたし 35g エネルギー 251Kcal 蛋白質 17.0g 脂質 9.2g 炭水化物 24.0g 食塩 2.3g	①鮭のちゃんちゃん焼き 1切 ①いかカツ 2分の1個 ②麻婆豆腐 80g ③★もずくの酢の物 35g エネルギー 232Kcal 蛋白質 18.2g 脂質 9.8g 炭水化物 18.1g 食塩 2.1g	①カツ煮(卵とじ) 1枚 ②のっぺ煮 55g ③★手づくり大根サラダ 43g エネルギー 310Kcal 蛋白質 14.7g 脂質 17.3g 炭水化物 23.6g 食塩 2.1g
夕	【そうめん(冷)】①そうめん 200g(乾麺75g) ①★濃縮出汁 16g ①★薬味ネギ 5g ②竹輪の紅生姜天 1個/海老の天婦羅 1個 ③★自家製ポテトサラダ 40g エネルギー 319Kcal 蛋白質 11.9g 脂質 13.5g 炭水化物 36.6g 食塩 3.3g	①鰯(ぶり)の照り焼き 1個 ①海老クリームコロッケ 1個 ②ぜんまいと筍の炒め煮 50g ③★オレンジゼリー 30g エネルギー 277Kcal 蛋白質 12.6g 脂質 13.8g 炭水化物 23.5g 食塩 1.5g	①自家製から揚げ 2個(カレー風味) ①スパンテー 35g ②ブロッコリーとツナの炒め物 45g ③★紅白なます 30g エネルギー 334Kcal 蛋白質 16.4g 脂質 18.7g 炭水化物 22.4g 食塩 1.4g	①水餃子 3個(タレ45g)□ ②筑前煮 60g ③金時豆の味噌煮 30g ④★フルーツシロップ漬け30g エネルギー 284Kcal 蛋白質 10.4g 脂質 8.3g 炭水化物 40.9g 食塩 1.7g	①温しゃぶ風(白菜) ②揚げ出し豆腐 1個 ②【タレ】しょうが餡 50g ③五目きんぴら 45g エネルギー 348Kcal 蛋白質 14.0g 脂質 20.5g 炭水化物 23.5g 食塩 3.0g	★わかめごはん(まぜこみ) 2.5g ①牛肉の塩麹炒め 100g ②ぬた芋 40g□ ③★茄子とズッキーニの茗荷ポン酢 35g エネルギー 322Kcal 蛋白質 10.4g 脂質 21.3g 炭水化物 19.3g 食塩 2.5g	①鰯(さわら)の越後味噌漬け焼き 1切 ②出汁巻き玉子(あご出汁) 1切 ③ポークチャップ 60g ④★もやしと人参のナムル 35g エネルギー 240Kcal 蛋白質 17.6g 脂質 11.7g 炭水化物 14.1g 食塩 2.1g
一日合計	エネルギー 722Kcal 蛋白質 41.7g 脂質 28.1g 炭水化物 74.3g 食塩 8.4g	エネルギー 627Kcal 蛋白質 32.3g 脂質 29.0g 炭水化物 58.8g 食塩 5.8g	エネルギー 695Kcal 蛋白質 36.8g 脂質 41.4g 炭水化物 41.0g 食塩 5.0g	エネルギー 676Kcal 蛋白質 26.1g 脂質 28.6g 炭水化物 77.6g 食塩 4.9g	エネルギー 684Kcal 蛋白質 34.7g 脂質 33.9g 炭水化物 55.1g 食塩 6.2g	エネルギー 632Kcal 蛋白質 31.7g 脂質 32.8g 炭水化物 51.2g 食塩 5.6g	エネルギー 647Kcal 蛋白質 35.2g 脂質 36.1g 炭水化物 42.0g 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）

【9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。

	9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)	9月27日(日)
朝	①人参と卵の炒め物 40g ②★キャベツのなめ茸和え 35g□ ③★つくだ煮 10g エネルギー 74Kcal 蛋白質 2.7g 脂質 3.2g 炭水化物 10.6g 食塩 1.4g	①大根とさつま揚げの煮物 45g ②ブレンオムレツ 1個 ソース5g ②★ケチャップソース(オムレツ) 5g エネルギー 99Kcal 蛋白質 5.0g 脂質 5.2g 炭水化物 8.1g 食塩 1.0g	①豚バラと大根の短冊炒め 55g ②★もやしの青しそドレ和え 40g エネルギー 130Kcal 蛋白質 4.1g 脂質 8.8g 炭水化物 7.7g 食塩 0.8g	①ウインナーのケチャップ炒め 45g ②★マカロニサラダ 40g エネルギー 160Kcal 蛋白質 4.7g 脂質 10.0g 炭水化物 12.3g 食塩 0.9g	①ピーマンと揚げの炒め物 45g ②★コールスローサラダ 40g ③★つくだ煮 10g エネルギー 116Kcal 蛋白質 1.9g 脂質 8.2g 炭水化物 9.4g 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柳川風煮 45g□ ②★もずくの酢の物 35g エネルギー 115Kcal 蛋白質 5.4g 脂質 6.6g 炭水化物 7.5g 食塩 1.0g
昼	【和風冷やしラーメン】①★中華麺 150g ①★濃縮出汁 16g ①★薬味ネギ 5g/★薬味わかめ 10g ①煮卵 2分の1個 ②竹輪の磯辺天 1個□ ②カニカマ天婦羅 1個 エネルギー 371Kcal 蛋白質 15.4g 脂質 6.6g 炭水化物 58.9g 食塩 3.2g	①黄金カレイの塩焼き 1個 ①八宝春巻き 1個 ②酢豚 80g ③★春雨サラダ 40g エネルギー 348Kcal 蛋白質 15.2g 脂質 19.3g 炭水化物 26.4g 食塩 3.0g	【カレーライス】 ①シーフードカレー 160g ②手製ハムカツ 1枚 ③★ブロッコリーと卵のマヨサラダ 40g エネルギー 339Kcal 蛋白質 14.5g 脂質 18.9g 炭水化物 28.2g 食塩 3.0g	①韓国風ブルコギ 100g ②かぶと竹輪の煮物 45g ③★青梗菜のナムル 25g エネルギー 301Kcal 蛋白質 11.6g 脂質 20.6g 炭水化物 14.5g 食塩 1.4g	①手製鰻(あじ)フライ 1個 ①笹かまぼこ 1個 ①醤油キノコスパゲティ 35g ②茄子けんちん煮 75g ③★法蓮草とコーン、ツナのナムル 35g エネルギー 251Kcal 蛋白質 17.4g 脂質 8.1g 炭水化物 24.8g 食塩 2.6g	①★自家製茶碗蒸し 1個 ②海老の天婦羅 1個 ②茄子の天婦羅 1個 ③回鍋肉 55g ④★明太マカロニサラダ 40g エネルギー 345Kcal 蛋白質 14.4g 脂質 20.8g 炭水化物 22.6g 食塩 2.5g	①黄金カレイの麹漬け焼き 1切 ①牛肉コロッケ(北海道産男爵) 1個 ②野菜炒め(ベーコン) 55g ③★ビーフン胡麻マヨサラダ 35g エネルギー 302Kcal 蛋白質 15.8g 脂質 13.4g 炭水化物 29.6g 食塩 2.4g
夕	①赤魚のみぞれあん 1個 ソース10g ②自家製コロッケ 1個 ③きのこたっぷり野菜炒め 55g ④★ピーンズサラダ(マヨ・胡麻ドレ) 40g エネルギー 258Kcal 蛋白質 17.4g 脂質 15.6g 炭水化物 10.8g 食塩 2.0g	①鶏肉のさっぱり煮 65g(煮汁20g) ②シシャモフリッター 1個 ③大豆と竹輪煮 35g ④★白菜のおかか和え 40g エネルギー 347Kcal 蛋白質 26.5g 脂質 18.4g 炭水化物 16.0g 食塩 2.6g	①タラのムニエル 1個 ①スパンテー 35g ②青菜と蓮根のきんぴら風 45g ③揚げかぼちゃのそぼろあんかけ 40g ④おはぎ(つぶあん) 1個 エネルギー 327Kcal 蛋白質 18.3g 脂質 8.2g 炭水化物 43.5g 食塩 1.9g	①鯖のさっぱり梅煮 1切 ①車麩の煮つけ 1個 ②オクラのわさび風味 10g ③肉じゃが 65g ④★小松菜とえのきのおひたし 35g エネルギー 247Kcal 蛋白質 14.6g 脂質 9.6g 炭水化物 21.8g 食塩 2.7g	①鶏のパン粉焼 3個 ②海鮮クリーム煮 80g ③★切干大根とわかめの酢の物 40g□ ④★オレンジゼリー 30g エネルギー 311Kcal 蛋白質 19.5g 脂質 14.6g 炭水化物 22.4g 食塩 1.4g	【中華丼】①中華丼の具(豚肉) 120g ①うずら卵(トッピング) 1個 ②白身魚のフライ 1個 ③★ズッキーニのトマト風味サラダ 40g ④★手づくり杏仁豆腐 30g エネルギー 268Kcal 蛋白質 11.3g 脂質 15.2g 炭水化物 21.0g 食塩 1.7g	①おでん盛り合わせ (大根・海老しんじょう・竹輪・ 玉子・昆布) 1個 ②ポークチャップ 60g ③★自家製ポテトサラダ 40g エネルギー 344Kcal 蛋白質 17.1g 脂質 20.9g 炭水化物 21.1g 食塩 2.5g
一日合計	エネルギー 703Kcal 蛋白質 35.5g 脂質 25.4g 炭水化物 80.3g 食塩 6.6g	エネルギー 794Kcal 蛋白質 46.7g 脂質 42.9g 炭水化物 50.5g 食塩 6.6g	エネルギー 796Kcal 蛋白質 36.9g 脂質 35.9g 炭水化物 79.4g 食塩 5.7g	エネルギー 708Kcal 蛋白質 30.9g 脂質 40.2g 炭水化物 48.6g 食塩 5.0g	エネルギー 678Kcal 蛋白質 38.8g 脂質 30.9g 炭水化物 56.6g 食塩 4.7g	エネルギー 743Kcal 蛋白質 34.0g 脂質 43.0g 炭水化物 51.6g 食塩 5.6g	エネルギー 761Kcal 蛋白質 38.3g 脂質 40.9g 炭水化物 58.2g 食塩 5.9g

※★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）

【9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）

	9月28日（月）	9月29日（火）	9月30日（水）
朝	①ブロッコリーとカリフラワーの炒め物45g ②三角厚揚げ煮 1個 ②一口昆布巻き 1個	①里芋のコンソメ煮 45g ②★胡麻和え（ほうれん草かきのもと）30g	①野菜の卵とじ 65g ②大豆の醤油煮 30g
	エネルギー 140Kcal 蛋白質 7.0g 脂質 8.6g 炭水化物 8.8g 食塩 0.8g	エネルギー 84Kcal 蛋白質 2.8g 脂質 2.0g 炭水化物 14.1g 食塩 0.7g	エネルギー 126Kcal 蛋白質 7.8g 脂質 4.0g 炭水化物 15.4g 食塩 1.0g
昼	【たぬきうどん(温)】①麺150g ①★濃縮出汁 16g ①★薬味(わかめ) 10g ①★揚げ玉 7g 蒲鉾 1枚 ②★南瓜のサラダ40g	①赤魚の煮つけ 1切 ①車麩の煮つけ 1個/椎茸煮 1個 ①人参の煮つけ 1個/絹さや 1個 ②豚肉と小松菜、卵のオイスター炒め 55g ③手製イカフライ	①若鶏の天婦羅 1個 ①焼きシシャモ 1本 ①ソース焼きそば 35g ①ブロッコリー 1個 ②干しかぶ煮 60g ③★春菊とえのきのおひたし 35g
	エネルギー 314Kcal 蛋白質 7.7g 脂質 8.5g 炭水化物 49.0g 食塩 4.2g	エネルギー 265Kcal 蛋白質 18.1g 脂質 10.5g 炭水化物 21.5g 食塩 1.7g	エネルギー 292Kcal 蛋白質 16.4g 脂質 12.6g 炭水化物 27.7g 食塩 2.1g
夕	①チキン南蛮 1個 ①★自家製タルタルソース 20g ②きのこたっぷり野菜炒め 55g ③★切干大根のゆかり和え 40g	【牛丼】①牛丼の具 100g ①★漬物 8g ②★温泉卵 1個 ③★ひじきの和風サラダ 35g	①豆腐野菜ハンバーグ 1個 ①おろしソース 5g ②麻婆茄子 80g ③★手づくり大根サラダ 43g ④★牛乳寒天 30g
	エネルギー 302Kcal 蛋白質 12.5g 脂質 19.6g 炭水化物 18.7g 食塩 2.1g	エネルギー 358Kcal 蛋白質 16.5g 脂質 24.4g 炭水化物 16.0g 食塩 2.2g	エネルギー 280Kcal 蛋白質 9.1g 脂質 15.7g 炭水化物 24.8g 食塩 2.1g
一日合計	エネルギー 756Kcal 蛋白質 27.2g 脂質 36.7g 炭水化物 76.5g 食塩 7.1g	エネルギー 707Kcal 蛋白質 37.4g 脂質 36.9g 炭水化物 51.6g 食塩 4.6g	エネルギー 698Kcal 蛋白質 33.3g 脂質 32.3g 炭水化物 67.9g 食塩 5.2g

※★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