

令和8年4月分

献立表

【基本食】

	朝食	昼食	夕食	
1日水	〈パン〉 惣菜パン 菓子パン 野菜ジュース100	〈弁当〉 とりそぼろ弁当 緑茶缶	〈弁当〉 チンジャオオロス弁当 ウーロン茶	
部外委託業者 年度切り替えの為、部隊配布します。				
2日木	御飯 豚のしょうが焼き 揚げ茄子の生姜あん あごだし汁 基B 朝食パン (フランスパン・リングメロン)	ス克蘭ブルエッグ 辛子明太子+あごだし汁 味噌汁(厚揚げ・ほうれん草) 牛乳(ORコーヒー乳飲料)	チキンカレー かに風味サラダ 漬物 牛乳(ORコーヒー乳飲料)	御飯 手羽カツ餃子 かに玉あんかけ 中華スープ(支那竹)
	602 Kcal	1441 Kcal	904 Kcal	
3日金	御飯 チキンステーキ オクラのお浸し 基B 朝食パン (肉まんの奥ドーナツ・ランチパック)	温泉卵 にしんの甘露煮 味噌汁(里芋・油揚げ) 牛乳(ORコーヒー乳飲料)	山菜おこわ 肉うどん 切干大根と胡瓜の和え物 のむヨーグルト(ベリーミックス)	〈レトルト〉 中華丼セット 緑茶缶
	592 Kcal	957 Kcal	部隊配布します。	
4日土	御飯 やきとり缶 ブロッコリーの彩りサラダ ※ 《代替》 毎日果実	オムレツ ぶりの照焼 味噌汁(キャベツ・油揚げ)	御飯 麻婆茄子 小松菜ともやしの和え物 中華スープ(ワンタン)	御飯 豚肉のマスタードマヨネーズ焼き ほうれん草とベーコンのソテー 味噌汁(厚揚げ・えのき茸)
	606 Kcal	821 Kcal	1137 Kcal	
5日日	御飯 根菜入り肉団子 ひじきと野菜の彩り煮 ※ 《代替》 inゼリーマルチビタミン	厚焼卵 つまみ揚げ(2個) 味噌汁(小松菜・油揚げ)	御飯 鶏肉の山賊焼き マカロニサラダ 味噌汁(豆腐・ほうれん草)	御飯 厚切りハムカツ ごぼう金平 味噌汁(馬鈴薯・若布)
	632 Kcal	1084 Kcal	927 Kcal	
6日月	御飯 豚の角煮 青菜のごま和え ※ 《代替》 エナジードリンク 基B 朝食パン(デニッシュ・パイ・フルーツジュース)	だし巻き玉子 さば塩焼き+大根おろし 味噌汁(豆腐・油揚げ)	《ご当地「神奈川県」》 & 《新献立》 ☆ 鎌倉丼 ← えび 生野菜サラダ 味噌汁(馬鈴薯・ほうれん草)	御飯 鯖の塩焼き 茄子と豚肉の煮物 けんちん汁
	538 Kcal	1052 Kcal	978 Kcal	
7日火	御飯 ボイルウィンナー 金平れんこん 基B 朝食パン(ソーセージ・チュロッキー)	ス克蘭ブルエッグ にしんの甘露煮 味噌汁(キャベツ・若布) 牛乳(ORコーヒー乳飲料)	わかめご飯 たこ唐揚げ ハムと胡瓜の中華和え 中華スープ(豆腐)	御飯 Wジンジャーボーク パンプキンサラダ 白菜たっぷりスープ
	698 Kcal	834 Kcal	1098 Kcal	
8日水	御飯 生卵+納豆 フルーツヨーグルト 基B 朝食パン(ランチパック・デニッシュ)	ぶんわり白身揚げ 牛肉ごぼう 赤だし汁(つみれ) 牛乳(ORコーヒー乳飲料)	御飯 油淋鶏 大根とツナの炒め煮 オニオンとろろスープ	御飯 醤油ラーメン ポテトとウィンナーのカレー炒め
	772 Kcal	1129 Kcal	夜ラーメン!! 1076 Kcal	
9日木	御飯 プルコギ 菜の花のゆば和え 基B 朝食パン(ピザパン・ダブルサンド)	だし巻き玉子 赤魚の西京焼き 味噌汁(馬鈴薯・えのき) 牛乳(ORコーヒー乳飲料)	《チャレンジメニュー》 ☆ スープカレー&ナン ← えび キャベツと竹輪のサラダ 牛乳(ORコーヒー乳飲料)	〈弁当〉 のり弁当 緑茶缶
	512 Kcal	1276 Kcal	部隊配布します。	
10日金	〈パン〉 菓子パン・惣菜パン 野菜ジュース100	《入隊式特別献立》 幕の内弁当 吸い物・デザート	〈レトルト〉 濃厚黒カレーセット ウーロン茶	
基地行事の為、部隊配布します。				