

2026	仕出しおがわ献立 昼	(シルバー弁当 濃い緑色の所)			
10月	レディース弁当	お手頃弁当 (濃い黄色の所)	サービス弁当	特選弁当	上特選弁当
1 木	・ミモザサラダ ・梨	・キス天ぷら ・ブロッコリーかにかまサラダ	・ソース焼きそば ・厚揚げ入り切干し大根煮	・酢の物	・煮卵
2 金	・ナッツのせ野菜サラダ ・オレンジ	・ヒレカツ ・いんげん人参サラダ	・うずら豆 ・シーフードカレー	・スクランブルエッグ	・ナッツのせ 野菜サラダ
3 土	・きゅうりとハムゆかりサラダ ・りんご	・つくね甘辛煮 ・コールスローサラダ	・ナポリタン ・麻婆豆腐	・オクラとツナの マヨサラダ	・きゅうりとハムの ゆかりサラダ
4 日	定休日				
5 月	・豆腐とわかめの青じそサラダ ・グレープフルーツ	・いかの天ぷら ・ほうれん草サラダ	・豚焼肉 ・酢豚	・フライドポテト	・焼き鳥
6 火	・ダイスチーズ入り野菜サラダ ・フルーツミニゼリー	・トンカツ ・マカロニサラダ	・きんぴらごぼう ・大豆五目煮	・ミックスベジタブル	・ダイスチーズ入り 野菜サラダ
7 水	・ミックスきのこといんげんの ・パイ＆みかん缶	・フランクフライ ・もやし中華サラダ	・ピーマン豚肉炒め ・おでん(大根・竹輪・こんにゃく)	・大学芋	・ミックスきのこ いんげんの秋サラダ
8 木	・きゅうりとコーン、カニカマの ・ライチ サラダ	・鶏唐揚げ ・小松菜のごま和え	・ビーフンツナ炒め ・長崎ちゃんめん	・さしみこんにゃく 酢味噌かけ	・きゅうりとコーン、 カニカマのサラダ
9 金	・トマトサラダ ・ブルーベリー	・コロケ ・オクラとわかめのサラダ	・鱈の塩焼き ・牛丼風煮	・大根と水菜、塩昆布 和え物	・トマトサラダ
10 土	・白きくらげ入り中華サラダ ・サンザシ	・ピーマン肉詰めフライ ・春雨サラダ	・小松菜ベーコン炒め ・里芋野菜いろいろ煮	・蒸しシューマイ	・白きくらげ入り 中華サラダ
11 日	定休日				
12 月	スポーツの日				
13 火	・もやしと山菜韓国風サラダ ・キウイ	・はんぺんフライ ・蓮根とひじきのサラダ	・焼きうどん ・ごぼうの柳川煮	・コーンバター炒め	・もやしと山菜、 韓国風サラダ
14 水	・ナンプラー入りアジアンサラダ ・手作り豆乳かん	・鶏チーズ焼き ・さつまサラダ	・いんげんバター炒め ・がんも入りひじき煮	・大豆のチリコンカン	・ナンプラー入り アジアンサラダ
15 木	・豆腐ステーキ ・白玉あずき	・竹輪フライ ・いんげんツナサラダ	・鯖のしょうゆ煮 ・麻婆春雨茄子	・きのこミックス ベーコン炒め	・豆腐ステーキ
16 金	・焼き油揚げと水菜の ・生パイン コンコンサラダ	・ハンバーグ ホワイトソース ・小松菜とジャコのサラダ	・ポテトチーズ焼き ・筑前煮	・オクラとコーンの サラダ	・焼き油揚げと水菜の コンコンサラダ
17 土	・沢庵入りごぼうの黒ごまサラダ ・アロエ＆クコの実	・豚玉ねぎ串カツ ・枝豆とコーンのサラダ	・茄子といんげんしょうが炒め ・海鮮入りクリームシチュー	・沢庵入りごぼうの 黒ごまサラダ	・だし巻き卵
18 日	定休日				
19 月	・和風野菜海苔サラダ ・りんご	・豚肉黒ごまフライ ・アスパラコンコンサラダ	・豆腐チャンプルー ・菜の花の卵とじ	・マロニーの酢の物	・和風野菜海苔サラダ
20 火	・スティックサラダ(きゅうり・大根 人参)～らっきょ入りマヨソース ・グレープフルーツ	・ささみ味噌カツ ・アボカド入りサラダ	・ニンニクの芽ベーコン炒め ・かぼちゃそぼろあんかけ	・玉ねぎ赤ワイン マリネ	・スティックサラダ
21 水	・小エビと枝豆のみぞれ和え ・オレンジ	・ニラ入り肉団子 ・水菜と大根ベーコンサラダ	・野菜炒め ・白菜の卵とじ	・煮切りこんにゃく	・小エビと枝豆 みぞれ和え
22 木	・レタスときゅうり、セロリ、 ・ナタデココ りんごのサラダ	・ホキフライ ・パンバンジーサラダ	・いんげん入りザーサイ炒め ・もつの味噌煮	・チキンナゲット	・レタスときゅうり、 セロリ、りんごのサラダ
23 金	・シナモン風味のさつまいもサラダ ・あんずシロップ漬け	・チキンチーズカツ ・イタリアンサラダ	・カラフルピーマン炒め ・親子煮	・大根と貝割れ おかかサラダ	・シナモン風味の さつまいもサラダ
24 土	・オクラとめかぶ、トマトのサラダ ・梨	・ウィンナーとうずら卵フライ ・スパゲッティサラダ	・もやしニラキムチ炒め ・大根と厚揚げの煮物	・焼豚入り野菜サラダ	・オクラとめかぶ、 トマトのサラダ
25 日	定休日				
26 月	・蒸しキャベツと竹輪サラダ ・なつめウーロン茶煮	・茄子ハムフライ ・水菜とたまねぎのサラダ	・チンジャオロース ・ビーフシチュー	・わかめ、なめこ、 きゅうりのサラダ	・竹輪の立田揚げ
27 火	・レタス、ニラ、らっきょ、塩昆布 ・黄桃缶	・鶏ベツパー焼き ・オクラと蓮根梅サラダ	・スパゲッティミートソース ・治部煮	・春巻き	・レタス、にら、 らっきょ塩昆布サラダ
28 水	・カレー風味の根菜甘酢サラダ ・生パイン コンコンサラダ	・ピーナッツトンカツ ・小松菜としめじのサラダ	・茄子といんげん甘辛炒め ・よせ鶏	・もやしとわかめの ナムル	・カレー風味の根菜 甘酢サラダ
29 木	・大根と小松菜、きゅうり、 黒胡椒オリブオイルサラダ ・手作りコーヒートマト牛乳かん	・鶏唐揚げタルタルソース ・ごぼうとニラの中華サラダ	・海鮮入り和風パスタ ・野菜洋風煮	・ニンニクの芽と パプリカ炒め	・大根と小松菜、 きゅうり黒胡椒サラダ
30 金	・豚しゃぶごまダレサラダ ・冷凍ブルーベリー	・ゆで卵ベーコン巻きフライ ・青菜のおひたし	・蓮根人参のきんぴら ・大豆と茄子の八丁味噌	・ニラ玉	・豚しゃぶごまダレ サラダ

おがわ弁当をご利用いただき、誠にありがとうございます。 午後2時までにはお召し上がり下さい。

★おススメ! 「おがわの冷凍惣菜 しろうま君」薬膳弁当(秋) 9～11月 秋の献立

仕出し料理・給食(昼・夕)・冷凍惣菜・富士市「食」の自立支援事業所
株式会社 仕出しおがわ

417-0001富士市今泉2527-2 Te: Tel 0545-52-3621 / Fax 0545-52-3628



冷凍惣菜



薬膳弁当

<https://www.fuji-sidasi.com>

