

# 週間献立表

※食材の入荷の都合により変更させていただく場合もございます。

	朝食	昼食	夕食	おやつ	栄養量
6/18 (日)	鶏雑炊 野菜炒め 白菜の味噌汁 ヨーグルト	☆誕生日メニュー☆ 赤飯 さばの照焼き はんぺんの煮物 冷奴	ご飯 鶏肉の きのこあんかけ マカロニソテー 青梗菜のお浸し	☆お誕生日おやつ☆ コーヒー ケーキ	エネルギー 1658 kcal たんぱく質 70.5 g 塩分相当量 6.0 g
6/19 (月)	食パン ハムサラダ フルーツ寒天 (カクテル) 牛乳	☆新メニュー☆ ご飯 ミートボールの トマト煮込み ブロッコリーソテー しめじのマリネ	ご飯 ホキのごま風味焼き じゃが芋のそぼろ煮 カリフラワーサラダ	煎茶 パウンドケーキ	エネルギー 1726 kcal たんぱく質 66.7 g 塩分相当量 6.6 g
6/20 (火)	キムチ雑炊 スクランブルエッグ 豆腐の味噌汁 ヨーグルト	ご飯 あじの南蛮漬け 温野菜サラダ フルーツ(みかん)	ご飯 豚肉の塩だれ炒め 切り昆布と 大豆の煮物 茄子の和え物	煎茶 おかしなバナナ	エネルギー 1759 kcal たんぱく質 65.1 g 塩分相当量 5.3 g
6/21 (水)	カスタードリング キャベツのソテー バナナ 牛乳	☆新メニュー☆ オムライス ～ミートソース～ コンソメスープ ツナサラダ	ご飯 八宝菜 厚揚げの煮物 春雨サラダ	煎茶 ババロア	エネルギー 1723 kcal たんぱく質 61.2 g 塩分相当量 6.4 g
6/22 (木)	菜飯がゆ ウインナーのソテー もやしの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 さわらの塩麹焼き 高野豆腐の煮物 オクラの和え物	ご飯 照り焼き 豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう 小松菜の わさび和え	☆選べるおやつ☆ チーズバウム 抹茶どら焼き パウンドケーキ	エネルギー 1670 kcal たんぱく質 67.3 g 塩分相当量 6.2 g
6/23 (金)	食パン オムレツ バナナ 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 ピーマンソテー カリフラワーの 和え物	ご飯 マスのムニエル れんこんの カレー炒め キャベツの ドレッシング和え	煎茶 マンゴーゼリー	エネルギー 1768 kcal たんぱく質 66.6 g 塩分相当量 5.8 g
6/24 (土)	あんぱん カリフラワーサラダ フルーツ寒天 (黄桃) 牛乳	☆人気投票メニュー☆ ご飯 とんかつ いんげんのソテー きのこの和え物	ご飯 豚肉と白菜のうま煮 煮奴 青梗菜のわさび 醤油和え	煎茶 蒸しケーキ	エネルギー 1738 kcal たんぱく質 62.2 g 塩分相当量 4.8 g