

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
6/1 (日)	あんぱん オムレツ うまい菜の 麦味噌和え 牛乳	ご飯 いわしの生姜煮 茄子の味噌炒め 白菜の 塩レモンサラダ すまし汁	ご飯 豚肉の和風炒め 高野豆腐の煮物 さつま芋のサラダ	バウムクーヘン	エネルギー 1554 kcal たんぱく質 56.4 g 塩分相当量 6.1 g
6/2 (月)	食パン ポテトミンチ巻き 豆乳スープ	ご飯 鶏肉のくわ焼き 大根の煮物 ブロッコリーサラダ 味噌汁	ご飯 白身魚の竜田揚げ 蓮根のきんぴら マンゴー缶	みるくまんじゅう	エネルギー 1456 kcal たんぱく質 51.4 g 塩分相当量 6.6 g
6/3 (火)	チキングラタンパン 洋風出汁巻き卵 いんげんの ピーナッツ和え ココア	ご飯 白身魚のソテー 大豆のコンソメ煮 もやしのサラダ 味噌汁(白味噌)	ご飯 豚肉の香味炒め 松風焼き 小松菜のごま和え	紅茶パウンドケーキ	エネルギー 1581 kcal たんぱく質 70.9 g 塩分相当量 6.2 g
6/4 (水)	テーブルロール チキンナゲット クラムチャウダー	ご飯 絹揚げの炊合せ 白菜のとろみ炒め 胡瓜の甘酢和え 味噌汁(いりご風味)	ご飯 おろしハンバーグ 金時豆 うまい菜の からし和え	酒まんじゅう	エネルギー 1505 kcal たんぱく質 55.5 g 塩分相当量 7.8 g
6/5 (木)	蒸しパン オムレツ カリフラワーサラダ 牛乳	☆麺メニュー☆ 醤油ラーメン えびシュウマイ いんげんのサラダ	ご飯 さばの塩焼き 高野豆腐の煮物 もずく酢	桃ゼリー	エネルギー 1529 kcal たんぱく質 61.4 g 塩分相当量 8.4 g
6/6 (金)	食パン ボロニアソーセージ カレースープ	ご飯 白身魚の照り煮 卵の花 とろろのゆかり和え 味噌汁(白味噌)	ご飯 干草蒸し ブロッコリーサラダ みかん缶	ミニようかんロール	エネルギー 1451 kcal たんぱく質 56.1 g 塩分相当量 7.1 g
6/7 (土)	バターロール 鶏肉のグリル ほうれん草の スープ	ご飯 白身魚の 香草パン粉焼き 里芋のそぼろ煮 白菜の洋風お浸し 味噌汁	ご飯 豚肉の野菜炒め 切干大根の煮物 やっこ(梅ダレ)	パンナコッタ	エネルギー 1441 kcal たんぱく質 63.0 g 塩分相当量 7.1 g