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
6/22 (日)	コーヒークリームパン ジャーマンポテト 豚肉のスープ	ご飯 蒸し鶏(油淋タレ) 切干大根の煮物 いんげんのサラダ 味噌汁(白味噌)	ご飯 さばの照り煮 白菜のとろみ炒め フルーツ	黒糖まんじゅう	エネルギー 1561 kcal たんぱく質 63.2 g 塩分相当量 7.4 g
6/23 (月)	食パン 野菜の豆乳寄せ ポトフ	☆ご当地メニュー☆ しょうけめし(岐阜) ホッケの塩麹焼き 豚肉の炒め物 ブロッコリーサラダ 味噌汁	ご飯 豚じゃが いかのふくさ焼き 冷やし冬瓜	おかしなバナナ	エネルギー 1570 kcal たんぱく質 64.3 g 塩分相当量 5.8 g
6/24 (火)	紅茶蒸しパン オレンジチキン アスパラのごま和え アセロラジュース	☆丼メニュー☆ サーモンたたき丼 筍とふきの炒り煮 洋梨の はちみつジュレ 味噌汁	ご飯 肉団子のあんかけ 大豆とえびの煮物 胡瓜の昆布和え	手作りみたらし	エネルギー 1546 kcal たんぱく質 64.1 g 塩分相当量 7.1 g
6/25 (水)	テーブルロール しろなのソテー 白菜のスープ	ご飯 豚肉の塩だれ炒め 玉子豆腐 いんげんのとえ物 味噌汁(いりこ風味)	ご飯 ぶり大根 もやしの炒め物 ポテトサラダ	水ようかん	エネルギー 1504 kcal たんぱく質 63.2 g 塩分相当量 6.4 g
6/26 (木)	りんごジャムパン スクランブルエッグ 豆乳スープ	ご飯 白身魚の味噌煮 大根のとろみ炒め ほうれん草の わさび和え すまし汁	ご飯 鶏肉のマリネソース 茎わかめの炒め煮 ミルク寒天の いちごソースがけ	みるく饅頭(抹茶)	エネルギー 1481 kcal たんぱく質 67.3 g 塩分相当量 6.9 g
6/27 (金)	食パン 出汁巻き卵 青梗菜のスープ	☆カレーランチ☆ キーマカレー キャベツのサラダ すいかゼリー	ご飯 さわらの照焼き きんぴらごぼう 胡瓜の浅漬け	よもぎあんシュー	エネルギー 1529 kcal たんぱく質 60.8 g 塩分相当量 6.2 g
6/28 (土)	バターロール ほうれん草ソテー コーンポタージュ バナナ風味ゼリー	ご飯 えびグラタンフライ 切干大根の煮物 ブロッコリーサラダ	ご飯 豚肉の生姜煮 やっこ(味噌ダレ) オクラのとろろ和え	こしあんシュー	エネルギー 1529 kcal たんぱく質 60.8 g 塩分相当量 6.3 g