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
6/29 (日)	ココアパン 鶏つみれ(トマト) カリフラワーの サラダ 牛乳	☆丼メニュー☆ 木の葉丼 ひじきの炒め煮 さつま芋のサラダ 味噌汁	ご飯 がんもの炊合せ 青梗菜の炒め物 海苔佃煮	きな粉の シフォンケーキ	エネルギー 1429 kcal たんぱく質 49.7 g 塩分相当量 6.4 g
6/30 (月)	食パン カニカマ入り 出汁巻き卵 大根のスープ 牛乳	ご飯 鶏肉の味噌焼き 豚肉と絹揚げの煮物 フルーツ缶 すまし汁	ご飯 赤魚の山椒煮 揚げ茄子 キャベツのサラダ	ミニたい焼き	エネルギー 1649 kcal たんぱく質 71.2 g 塩分相当量 5.9 g
7/1 (火)	ミルクパン ボロニアソーセージ カレースープ 牛乳	☆炊き込みご飯☆ たこ飯 さばの塩焼き キャベツの煮浸し ブロッコリーの おかか和え 味噌汁	ご飯 豚肉の香味炒め 鰯つみれの煮物 胡瓜の酢の物	黒糖マフィン	エネルギー 1603 kcal たんぱく質 71.2 g 塩分相当量 6.9 g
7/2 (水)	テーブルロール 玉子焼き もやしのごま和え ココア	ご飯 フライ盛合せ しろなのソテー 大根のピクルス 味噌汁	ご飯 焼きあじの南蛮漬け たけのこの炒り煮 白菜の麦みそ和え	☆誕生日おやつ☆ コーヒー ケーキ	エネルギー 1570 kcal たんぱく質 57.3 g 塩分相当量 5.9 g
7/3 (木)	クリームパン 照焼き風肉団子 豆と鶏肉のスープ 牛乳	ご飯 豚肉の野菜炒め がんもの煮物 アスパラの 梅かつお和え かきたま汁	ご飯 カレイの魚田 高野豆腐の サイコロ煮 キャベツの 塩麹サラダ	薄皮まんじゅう	エネルギー 1666 kcal たんぱく質 77.1 g 塩分相当量 6.3 g
7/4 (金)	食パン オムレツ トマトスープ 牛乳	☆麺メニュー☆ 焼きそば 絹揚げのそぼろ煮 さつま芋のサラダ 味噌汁	ご飯 油淋鶏 ひじきの煮物 高菜炒め	紅茶ババロア	エネルギー 1391 kcal たんぱく質 52.2 g 塩分相当量 8.6 g
7/5 (土)	バターロール チキンピカタ クラムチャウダー 牛乳	ご飯 ビビンバ かに焼売 マンゴー缶 味噌汁	ご飯 白身魚の煮付け れんこんの金平 コールスローサラダ	マドレーヌ (バナナ風味)	エネルギー 1661 kcal たんぱく質 60.9 g 塩分相当量 6.8 g

B・O・H　ケア・サービスセンター