

	6/11(木)	6/12(金)	6/13(土)	6/14(日)	6/15(月)
あ さ	ごはん みそ汁(里芋) 厚焼き玉子 白菜の和えもの 味付のり	ごはん みそ汁(大根 麩) 豆腐の野菜あんかけ チンゲンサイのマヨ和え ふりかけ	ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) 卵とじ 小松菜の和え物 味付のり	ごはん みそ汁(玉ねぎ 里芋) 冷奴 いんげんの炒め煮 ふりかけ	ごはん みそ汁(かぶ キヌサヤ) 目玉焼き アスパラのみそマヨ和え 味付のり
ひ る	ごはん 鮭のムニエル ほうれん草の柚子香和え フルーツ(マンゴー) 牛乳	カレーライス 薬味 サラダ フルーツ(パイン) 牛乳	ごはん たらのクリーム煮 山東菜のかか和え フルーツゼリー 牛乳	ごはん 鶏肉のオランダ焼 キャベツ酢醤油和え フルーツ(バナナ) 牛乳	ごはん 蒸し魚野菜ソースかけ カリフラワーのサラダ フルーツ(パイン) 牛乳
よ る	ごはん みそ汁(小松菜 切麩) 豚肉のオニオンソース マロニー甘辛煮 蒸しなす生姜醤油かけ 	ごはん なめこ汁 ほっけの焼魚 里芋の煮物 かぶの酢の物	ごはん みそ汁(キャベツ 高野豆腐) から揚げ 甘煮 おろし和え	ごはん ラーメン汁 さばみそ煮 豆もやし炒め ほうれん草の磯和え	ごはん みそ汁(小松菜 ねぎ) ミートローフ 南瓜の含煮 めかぶとろろ
成分値	エネルギー 1871kcal たんぱく質 72.9g 脂質 52.4g 食塩相当量 6.9g	エネルギー 1812kcal たんぱく質 67.1g 脂質 43g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1828kcal たんぱく質 75.2g 脂質 40.7g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1855kcal たんぱく質 76.3g 脂質 53.9g 食塩相当量 6.6g	エネルギー 1832kcal たんぱく質 72.7g 脂質 46.6g 食塩相当量 7.2g
	6/16(火)	6/17(水)	6/18(木)	6/19(金)	6/20(土)
あ さ	ごはん みそ汁(大根 切麩) いり豆腐 ほうれん草のごま和え たいみそ	ごはん みそ汁(玉葱 白玉麩) えびしんじょ 白菜の梅風味和え ふりかけ	ごはん みそ汁(じゃがいも いんげん) 温泉卵 ビーフン炒め煮 ふりかけ	ごはん みそ汁(冬瓜 高野豆腐) さんま缶 小松菜の炒め煮 味付のり	ごはん みそ汁(かぶ 青ねぎ) 厚焼き玉子 チンゲンサイのマヨ和え ふりかけ
ひ る	ごはん 八宝菜 かぶの柚香和え プリン 牛乳	ごはん 親子煮(乳和食) 温野菜のサラダ フルーツ(マンゴー) 牛乳	ごはん カレイの焼魚 切干だいこん煮 フルーツ(バナナ) 牛乳	ごはん 四川豆腐風 キャベツの茹でサラダ フルーツゼリー 牛乳	ごはん 鶏肉の香味蒸し焼き 白菜の和えもの フルーツポンチ 牛乳 
よ る	ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) ぶりの照煮 ピーマン甘辛煮 山東菜の浸し和え	ごはん かしわ汁 ほきのチリソース 里芋の煮物 小松菜のお浸し	雑穀ごはん みそ汁(豆腐 わかめ) 豚肉のおろし焼き こんにゃくピリカラ煮 二色和え	ごはん みそ汁(山東菜 切麩) 豚ももの生姜焼き 筍の土佐煮 いんげんツナ和え	ごはん みそ汁(じゃがいも 玉ねぎ) あじのさざれ焼 大根の炒め煮 蒸しなす生姜醤油かけ
成分値	エネルギー 1856kcal たんぱく質 82.9g 脂質 47.8g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1874kcal たんぱく質 79.9g 脂質 47.9g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1834kcal たんぱく質 77.2g 脂質 44.7g 食塩相当量 6.9g	エネルギー 1859kcal たんぱく質 79g 脂質 51.8g 食塩相当量 6.6g	エネルギー 1877kcal たんぱく質 70.7g 脂質 57.1g 食塩相当量 6.9g

※都合により献立内容を変更することがございます。