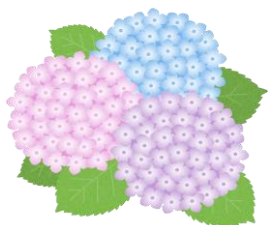




予定献立表

基本食1400

	6月9日 (月)	6月10日 (火)	6月11日 (水)	6月12日 (木)	6月13日 (金)	6月14日 (土)	6月15日 (日)
朝食	御飯130g 味噌汁 洋風たまご焼き たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 納豆 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 スクランブルエッグ ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 鶏と白菜のみぞれ煮 のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 切干大根煮 ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 目玉焼き たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 厚揚げ彩りあんかけ のり佃煮 牛乳
昼食	御飯130g 豚キムチ キャベツのおかか和え そうめん汁 果物	御飯130g さわらムニエル タラモサラダ 卵となめこのスープ 漬物	御飯130g ささみのﾄﾞﾏﾚｽ炒め 豆腐サラダ すまし汁 うぐいす豆	御飯130g タッカルビ もやしナムル 華風ｺｰｽｽｰﾌﾟ 果物	青菜ごはん 煮込みハンバーグ レタスサラダ ﾐﾈｽﾄﾚｰﾅ風ｽｰﾌﾟ 果物	御飯130g ﾄﾏﾄﾊﾞﾀｰﾁｷﾝｶﾚｰ 春ｷｬﾌﾞﾁのﾚﾓﾅﾗﾀﾞ 玉葱とかまぼｺｽｰﾌﾟ 果物	御飯130g 鶏肉のﾏﾓﾈｰｽﾞ 焼き らっきょうサラダ 菜の花の味噌汁 漬物
間食	★ワッフル(ﾏﾛﾝ)	★ｺｰﾋｰｾﾞﾘｰ	★ｶｽﾀｰﾄﾞｹｰｷ	★あﾝﾄﾞｰﾅｯﾂ	★紫芋ｽｲｰﾄﾎﾟｯﾄ	★ｴｸﾚｱ	★ｵﾚﾝｼﾞｹｰｷ
夕食	御飯130g あおさのﾁｷﾝｶｯﾂ 白和え 白菜煮	御飯130g 肉じゃが 伴三絲 ｷｬﾍﾞﾂ炒め	御飯130g ﾌﾘの照り焼き 韓国風サラダ 冬瓜と丸天の煮物	御飯130g 鰯のﾄﾛﾏﾓ焼き さっぱりｶﾓﾅﾗﾀﾞ 野菜炒め	御飯130g 魚のﾎﾝ酢焼き 手作り胡麻豆腐 野菜のｷﾑﾁ炒め	御飯130g 鮭のﾋｶﾀ 南瓜のﾌﾚﾝﾁｻﾗﾀﾞ 青梗菜とｺｰｽ炒め物	御飯130g 赤魚の焼き浸し 大根の胡麻ﾄﾞﾚ和え さつまいものいとこ煮
成分	エネルギー(kcal) 1415 たんぱく質 60.2 脂質 43.9	1403 58.9 46.4	1403 63.4 45.6	1398 53.9 50.4	1407 49.7 47.2	1404 59.9 45.7	1403 56.0 41.1



食材の入荷状況により、献立を一部変更する場合がございます。ご了承ください。

R7. 6. 9