



	19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
朝食	◎選択メニュー (1) ご飯 ポテトソテー 味噌汁 ふりかけ スパゲティサラダ エネルギー 454 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 アスパラソテー 味噌汁 のり佃煮 青菜の和え物 エネルギー 395 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 スクランブルエッグ 味噌汁 梅干し 大根サラダ エネルギー 444 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 ハムエッグ 味噌汁 ふりかけ 青菜の和え物 エネルギー 390 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 ポトフ 味噌汁 昆布豆 佃煮 マカロニサラダ エネルギー 494 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 カニとブロッコリーの炒り卵 味噌汁 のり佃煮 アスパラサラダ エネルギー 481 kcal	◎基本メニュー ロールパン2個 オムレツ 南瓜のポタージュ ヨーグルト 大根とハムのマリネ エネルギー 472 kcal
	◎パン 食パン ポテトソテー コンソメスープ バナナ スパゲティサラダ エネルギー 437 kcal	◎パン 食パン アスパラソテー コンソメスープ キウイフルーツ 青菜の和え物 エネルギー 329 kcal	◎パン ロールパン2個 スクランブルエッグ コンソメスープ オレンジ 大根サラダ エネルギー 415 kcal	◎パン ロールパン2個 ハムエッグ コンソメスープ あわせるゼリー 青菜の和え物 エネルギー 368 kcal	◎パン ロールパン2個 ポトフ コンソメスープ バナナ マカロニサラダ エネルギー 492 kcal	◎パン食 ロールパン2個 カニとブロッコリーの炒り卵 コンソメスープ キウイフルーツ アスパラサラダ エネルギー 459 kcal	
昼食	ちらし寿司 肉団子の旨煮 メロン 茶碗蒸し Father's Day ＜父の日＞ エネルギー 563 kcal	他人丼 なすの味噌炒め きゅうりの塩昆布和え すまし汁 バナナ エネルギー 574 kcal	炊き込みご飯 さばの照り焼き [付]大葉 大豆とこんにゃく煮 もずく酢 味噌汁 ココアムース エネルギー 637 kcal	ご飯 鶏肉の味噌焼 [付]ブロッコリー 生揚げの煮付け 白菜の柚香和え すまし汁 キウイフルーツ エネルギー 590 kcal	ご飯 肉団子の酢豚風 もやし炒め 青菜の和え物 中華スープ オレンジ エネルギー 540 kcal	おにぎり 1個 けんちんうどん 焼売 胡瓜の酢の物 バナナ エネルギー 563 kcal	ご飯 豚肉の五目炒め さつまいもの旨煮 青菜のおろし和え 味噌汁 キウイフルーツ エネルギー 623 kcal
	ご飯 豚とろろ 胡瓜とツナの和え物 炒り豆腐 すまし汁 エネルギー 631 kcal	ご飯 鶏肉の山椒焼 [付] いんげん梅和え ひじき煮 ふきのおかか和え 味噌汁 エネルギー 532 kcal	ご飯 豚肉とごぼうの炒り煮 もやしの中華炒め 冷奴(小) かき玉汁 エネルギー 592 kcal	ご飯 あじの生姜煮 [付] 金平ごぼう 長芋のお浸し キャベツとピーマン炒め 味噌汁 エネルギー 501 kcal	ご飯 ふくさ焼き [付] 茄子 糸昆布煮 納豆 味噌汁 エネルギー 588 kcal	ご飯 鶏肉のおろしかけ [付]いんげんソテー えび団子煮 玉ねぎのサラダ 味噌汁 エネルギー 570 kcal	ご飯 豆腐の味噌かけ [付]ししとうがらし キャベツ炒め 水菜とカニカマのサラダ すまし汁 エネルギー 505 kcal
	26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)		
朝食	◎選択メニュー (1) ご飯 目玉焼き 味噌汁 ふりかけ 青菜のきのこ和え エネルギー 381 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 スクランブルエッグ 味噌汁 のり佃煮 スパゲティサラダ エネルギー 500 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 じゃが芋の洋風煮 味噌汁 梅干し マカロニサラダ エネルギー 488 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 ハムエッグ 味噌汁 ふりかけ 菜の花の和え物 エネルギー 400 kcal	◎選択メニュー (1) ご飯 白菜のミルク煮 味噌汁 昆布豆 佃煮 大根サラダ エネルギー 406 kcal		
	◎パン ロールパン2個 目玉焼き コンソメスープ バナナ 青菜のきのこ和え エネルギー 369 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ コンソメスープ キウイフルーツ スパゲティサラダ エネルギー 434 kcal	◎パン 食パン じゃが芋の洋風煮 コンソメスープ オレンジ マカロニサラダ エネルギー 413 kcal	◎パン 食パン ハムエッグ コンソメスープ プロセスチーズ 1かけ 菜の花の和え物 エネルギー 380 kcal	◎パン 食パン 白菜のミルク煮 コンソメスープ バナナ 大根サラダ エネルギー 360 kcal		
夕食	ご飯 鶏肉のレモン焼き [付]ブロッコリー れんこんの金平 なすのごま和え 味噌汁 オレンジ エネルギー 601 kcal	ご飯 たらの磯辺揚げ [付]キャベツ(生) 青菜とエビの中華煮 トマトサラダ すまし汁 バナナ エネルギー 497 kcal	ご飯 鶏肉のねぎ塩のせ [付]ブロッコリー 野菜のあんかけ炒め 長芋の梅和え 味噌汁 キウイフルーツ エネルギー 565 kcal	ご飯 さばの塩焼き [付] 大根おろし ひじきの煮物 カリフラワーサラダ 味噌汁 オレンジ エネルギー 568 kcal	ハヤシライス エビサラダ フルーツポンチ エネルギー 624 kcal		
	ご飯 ほきのチーズ焼き [付] かつおのおかか和え 南瓜の煮付け いんげんのごま和え すまし汁 エネルギー 497 kcal	ご飯 ハンバーグ [付] れんこんサラダ 焼き豆腐の煮もの 胡瓜の酢の物 味噌汁 エネルギー 613 kcal	ご飯 赤魚の粕漬焼 [付] 茄子・ししとう かぼちゃの煮物 たまご豆腐 すまし汁 エネルギー 505 kcal	ご飯 鶏肉のカレー焼き [付] 粉ふき芋 キャベツとピーマン炒め マカロニサラダ すまし汁 エネルギー 620 kcal	ご飯 ぎせい豆腐 [付] 里芋 春雨の中華和え 白菜の炒め煮 味噌汁 エネルギー 588 kcal		

献立は食材の仕入れにより変更することがあります。あらかじめご了承ください。

