

週間献立表

		5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)
洋食	A	大豆とひき肉のトマト煮 スパゲティサラダ パン 牛乳	オムレツ ツナコーンサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ロールキャベツ かにかまサラダ パン ポタージュ 牛乳	肉団子のクリーム煮 カリフラワーのサラダ パン コンソメスープ 牛乳	えびボールのコンソメ煮 豆のごま和えサラダ パン 牛乳	ハムエッグ アスパラとパプリカのサラダ パン パンブキンポタージュ 牛乳	ウイナーソーテー キャベツの和えもの パン コンソメスープ 牛乳
	B	魚河岸揚げの含め煮 スパゲティサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	高野豆腐の卵とじ ツナコーンサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	トマトリソト 海者と野菜の炒め物 かにかまサラダ ポタージュ 牛乳	肉団子の煮物 カリフラワーのサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	はんぺんバター焼き 豆のごま和えサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	厚揚げの煮物 アスパラとパプリカのサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	中華粥 炒り豆腐 キャベツの和えもの 味噌汁 牛乳
朝食	A	酢豚 ザーサイ和え 杏仁豆腐 ごはん 中華スープ	ほきの油淋ソースがけ しゅうまい 香の物 ごはん 中華スープ	さばの焼きおろし煮 ふきと生揚げの煮物 しろなの胡桃和え ごはん 味噌汁	チキンのグリル ゆず胡椒ソース ビーフンソーテー カラフルサラダ ごはん コンソメスープ	えびピラフ クリーム煮 レタスとかにかまのサラダ コンソメスープ	【季節の焼きそばフェア】 シーフード焼きそば 鶏ささみの和え物 季節の果物 中華スープ	豆腐と小えびのチャンプル さつま芋の煮物 香の物 ごはん 貝だくさん味噌汁
	B	海者と野菜の中華炒め ザーサイ和え 杏仁豆腐 ごはん 中華スープ	坦々麺 しゅうまい 香の物	梅とろろ昆布うどん ふきと生揚げの煮物 しろなの胡桃和え	あじのムニエルカレー風味 ビーフンソーテー カラフルサラダ ごはん コンソメスープ	豚肉のガーリックケチャップ炒め クリーム煮 レタスとかにかまのサラダ ごはん コンソメスープ		てりマヨ豚丼 さつま芋の煮物 香の物 貝だくさん味噌汁
昼食	A	牛乳あずきプリン	青りんごゼリー	栗まんじゅう	ミニエクレア	アロエヨーグルト	どらやき	味噌パイ
	B	ささみロールカツ マカロニソーテー グリーンサラダ ごはん コンソメスープ ふりかけ	筑前煮 なすの甘辛炒め フルーツ ごはん 味噌汁	豚肉のソーテーおろしソース 大根のほたてあんかけ 青じそ和え ごはん すまし汁	揚出豆腐 小松菜ときのこの煮浸し 煮豆 ごはん 味噌汁 ねりもの	ほっけの塩焼き 五目しんじょうの炊き合わせ 菜の花のお浸し わかめごはん 味噌汁	鶏肉のねぎ味噌焼き なすの揚げ浸し フルーツ ごはん すまし汁	あじの生姜煮 小松菜とハムの炒め物 胡瓜の酢の物 ごはん 味噌汁
おやつ	A	牛乳あずきプリン	青りんごゼリー	栗まんじゅう	ミニエクレア	アロエヨーグルト	どらやき	味噌パイ
	B	牛乳あずきプリン	青りんごゼリー	栗まんじゅう	ミニエクレア	アロエヨーグルト	どらやき	味噌パイ
夕食	A	ささみロールカツ マカロニソーテー グリーンサラダ ごはん コンソメスープ ふりかけ	筑前煮 なすの甘辛炒め フルーツ ごはん 味噌汁	豚肉のソーテーおろしソース 大根のほたてあんかけ 青じそ和え ごはん すまし汁	揚出豆腐 小松菜ときのこの煮浸し 煮豆 ごはん 味噌汁 ねりもの	ほっけの塩焼き 五目しんじょうの炊き合わせ 菜の花のお浸し わかめごはん 味噌汁	鶏肉のねぎ味噌焼き なすの揚げ浸し フルーツ ごはん すまし汁	あじの生姜煮 小松菜とハムの炒め物 胡瓜の酢の物 ごはん 味噌汁
	B	デミチーズハンバーグ マカロニソーテー グリーンサラダ ごはん コンソメスープ ふりかけ	さわらの照り焼き なすの甘辛炒め フルーツ ごはん 味噌汁	赤魚の西京焼き 大根のほたてあんかけ 青じそ和え ごはん すまし汁	牛チゲ煮込み 小松菜ときのこの煮浸し 煮豆 ごはん 味噌汁 ねりもの	鶏肉の竜田焼 五目しんじょうの炊き合わせ 菜の花のお浸し わかめごはん 味噌汁	さわらの味噌マヨネーズ焼 なすの揚げ浸し フルーツ ごはん すまし汁	親子丼 小松菜とハムの炒め物 胡瓜の酢の物 味噌汁
日計	A	1杯計:1658kcal かわり:55.9g 脂質:51.2g 食塩相:7.6g	1杯計:1551kcal かわり:58.3g 脂質:47.9g 食塩相:9.1g	1杯計:1676kcal かわり:66.5g 脂質:52.7g 食塩相:10.0g	1杯計:1683kcal かわり:54.5g 脂質:52.8g 食塩相:10.5g	1杯計:1559kcal かわり:67.6g 脂質:36.5g 食塩相:10.3g	1杯計:1585kcal かわり:60.4g 脂質:45.5g 食塩相:8.0g	1杯計:1684kcal かわり:67.8g 脂質:37.6g 食塩相:11.6g
日計	B	1杯計:1709kcal かわり:53.4g 脂質:51.9g 食塩相:11.3g	1杯計:1628kcal かわり:61.1g 脂質:49.8g 食塩相:9.4g	1杯計:1543kcal かわり:57.9g 脂質:30.1g 食塩相:11.9g	1杯計:1834kcal かわり:68.1g 脂質:59.9g 食塩相:10.9g	1杯計:1742kcal かわり:72.2g 脂質:48.0g 食塩相:11.0g	1杯計:1638kcal かわり:59.1g 脂質:46.3g 食塩相:8.3g	1杯計:1713kcal かわり:68.6g 脂質:49.2g 食塩相:10.7g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。

週間献立表

		6月4日(日)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)	6月9日(金)	6月10日(土)
洋食	A	かぼちゃとベーコンの豆乳煮込み 二色和え パン 牛乳	魚肉ソーゼー とちんげん菜のソテー マカロニサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ツナソテー 大根の昆布茶和え パン ポタージュ 牛乳	ロールキャベツトマト煮込み 白菜とかにかまの和え物 パン 牛乳	ホットドッグ ポテトサラダ デザート コンソメスープ 牛乳	スリッパレック ほうれんそうとツナのサラダ パン コーンポタージュ 牛乳	ポトフ風 ピーナツ和え パン 牛乳
	B	さばの塩焼き 二色和え ごはん 味噌汁 牛乳	がんもどきの煮物 マカロニサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	卵しらす粥 ハムと野菜の炒め物 大根の昆布茶和え 味噌汁 牛乳	お麩じゃが 納豆 ごはん 味噌汁 牛乳	厚揚げのそぼろあんかけ ポテトサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	鶏肉と根菜の煮物 ほうれんそうとツナのサラダ ごはん 味噌汁 牛乳	明太子と大葉のお粥 高野豆腐の卵とし ピーナツ和え 味噌汁 牛乳
朝食	A	松風焼つくね ひじき煮 大根とかにかまのサラダ ごはん 味噌汁	赤魚の粕漬焼き 生揚げの炊き合わせ 香の物 ごはん 味噌汁	煮込みハンバーグ タラモサラダ ピーチゼリー ごはん コンソメスープ	麻婆豆腐 えびしゅうまい ささみと胡瓜の和え物 ごはん 中華スープ	チキンソテー デミソース カリフラワーサラダ 香の物 ごはん コンソメスープ	【牛とろろ丼メニュー】 牛とろろ丼 いんげんの和え物 メロンゼリー 味噌汁	
	B	カレー南蛮うどん ひじき煮 大根とかにかまのサラダ 味噌汁	あさりの深川風丼 生揚げの炊き合わせ 香の物 味噌汁	シーフードピラフ タラモサラダ ピーチゼリー コンソメスープ	みそラーメン えびしゅうまい ささみと胡瓜の和え物 味噌汁	カレイのリヨネーズ焼き カリフラワーサラダ 香の物 ごはん コンソメスープ	鶏むねのさっぱり野菜のせ 南瓜の香り揚げ 香の物 ごはん 味噌汁	
昼食	A	抹茶ゼリー	ピーチムース	チョコプッセ	フルーツあんみつ	もみじまんじゅう	薄皮刈-パン	まんぷくまんじゅう
	B	さわらの梅煮 れんこん金平 ほうれんそうの白和え ごはん 味噌汁 ふりかけ	豚肉のオイスターリ- チーズサラダ フルーツ ごはん コンソメスープ	鶏肉の和風おろしソース 南瓜の含め煮 小松菜の和え物 ごはん 味噌汁	サーモンフライ マカロニソテー レタスサラダ ごはん コンソメスープ ねりもの	あげだし豆腐野菜あんかけ ビーフン炒め いんげんの磯辺和え ゆかりごはん すまし汁	ほっけみりん漬焼 切干大根の煮物 フルーツ ごはん 味噌汁	豚肉の生姜焼き 大根の海老あんかけ トマトの青じそ和え ごはん 味噌汁
おやつ	A	エビフライ&メンチカツ れんこん金平 ほうれんそうの白和え ごはん 味噌汁 ふりかけ	ほきのたらこマヨ焼 チーズサラダ フルーツ ごはん コンソメスープ	豚肉の胡麻だれかけ 南瓜の含め煮 小松菜の和え物 ごはん 味噌汁	鶏肉の粗挽きマスタード焼 マカロニソテー レタスサラダ ごはん コンソメスープ ねりもの	さばの味噌漬焼き ビーフン炒め いんげんの磯辺和え ゆかりごはん すまし汁	チキンピカタ 切干大根の煮物 フルーツ ごはん 味噌汁	赤魚の煮付け 大根の海老あんかけ トマトの青じそ和え ごはん 味噌汁
	B	1杯 1776kcal カルウ 67.3g 脂質 52.9g 食塩相 11.2g	1杯 1605kcal カルウ 59.8g 脂質 49.0g 食塩相 9.7g	1杯 1573kcal カルウ 52.6g 脂質 45.4g 食塩相 9.5g	1杯 1760kcal カルウ 61.2g 脂質 49.1g 食塩相 11.4g	1杯 1615kcal カルウ 53.6g 脂質 57.8g 食塩相 8.8g	1杯 1716kcal カルウ 61.5g 脂質 54.5g 食塩相 8.9g	1杯 1651kcal カルウ 58.9g 脂質 40.9g 食塩相 10.4g
夕食	A	1杯 1714kcal カルウ 56.4g 脂質 48.4g 食塩相 10.8g	1杯 1448kcal カルウ 60.8g 脂質 38.6g 食塩相 8.5g	1杯 1463kcal カルウ 56.0g 脂質 31.0g 食塩相 10.5g	1杯 1741kcal カルウ 61.7g 脂質 48.3g 食塩相 9.3g	1杯 1750kcal カルウ 66.9g 脂質 53.9g 食塩相 9.3g	1杯 1778kcal カルウ 62.5g 脂質 55.7g 食塩相 9.2g	1杯 1585kcal カルウ 59.1g 脂質 33.9g 食塩相 12.1g
	B	1杯 1531kcal カルウ 25.8g	1杯 1570kcal カルウ 21.3g	1杯 1489kcal カルウ 20.5g	1杯 1506kcal カルウ 17.0g	1杯 1504kcal カルウ 17.0g	1杯 1446kcal カルウ 20.4g	1杯 1497kcal カルウ 22.8g
日計	A	1杯 1530kcal カルウ 21.1g	1杯 1573kcal カルウ 17.4g	1杯 1445kcal カルウ 15.2g	1杯 1522kcal カルウ 20.5g	1杯 1509kcal カルウ 15.3g	1杯 1552kcal カルウ 23.1g	1杯 1531kcal カルウ 20.3g
日計	B	1杯 1519kcal カルウ 18.5g	1杯 1508kcal カルウ 16.2g	1杯 1437kcal カルウ 16.1g	1杯 1522kcal カルウ 19.6g	1杯 1566kcal カルウ 21.1g	1杯 1469kcal カルウ 19.2g	1杯 1463kcal カルウ 21.1g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。

週間献立表

		6月11日(日)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)	6月17日(土)
朝食	A	肉野菜炒め コーンサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ポークビーンズ パンプキンサラダ パン 牛乳	オムレツ キャベツの和え物 パン ポタージュ 牛乳	魚肉ソーセージソテー カリフラワーのドレッシング和え パン コンソメスープ 牛乳	クリームシチュー 大根のサラダ パン 牛乳	野菜とウインナーのコンソメ煮 マカロニサラダ パン 牛乳	ベーコンとポルパのソテー ごぼうサラダ パン パンプキンポターージュ 牛乳
	B	ほっけみりん漬焼 コーンサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	鶏肉と芋の煮物 パンプキンサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	チーズリゾット スクランブルエッグ キャベツの和え物 牛乳 ポタージュ	ツナと野菜の炒め物 納豆 牛乳 ごはん 味噌汁	鶏つくねの照り焼き 大根のサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	ふんわり真丈の煮物 マカロニサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	さつま芋粥 かにかま玉子焼き ごぼうサラダ 牛乳 味噌汁
昼食	A	えびの柳川風 かぶの味噌煮 もやしのおかか和え ごはん  味噌汁	ほきのチリソース キャベツのり 小松菜のくるみ和え ごはん  中華スープ	タンドリーチキン いんげんとベーコンのソテー 野菜のマリネ ごはん  コンソメスープ	はんぺんの卵とじ 厚揚げの煮物 香の物 ごはん  味噌汁	エヒフライ&コロッケ 切干大根の煮物 香の物 ごはん  すまし汁	【梅入御膳】 さばの惹たく香味ソース なすとおからの煮浸し 白菜漬 梅生姜ごはん すまし汁	
	B	ためぎそば かぶの味噌煮 もやしのおかか和え 	五目チャーハン キャベツのり 小松菜のくるみ和え 中華スープ 	スパゲッティナポリタン いんげんとベーコンのソテー 野菜のマリネ コンソメスープ 	三色丼 厚揚げの煮物 香の物 味噌汁 	ほっけの塩焼き 切干大根の煮物 香の物 ごはん  すまし汁		
おやつ		マスカットゼリー	栗まんじゅう	カステラ	パンナコッタ	シュガーロール	ワッフル	人形焼
夕食	A	さわらの野菜あんかけ さつま芋のレモン煮 なめ茸和え ごはん  味噌汁	鶏肉の治部煮 切り昆布の煮物 フルーツ ごはん  味噌汁	さけの惹味噌焼き 卵の花 ブロッコリーのおかか和え 青菜ごはん  味噌汁	鶏の唐揚げ 茄子の田楽 小松菜のお浸し ごはん  すまし汁 ふりかけ	豚肉と彩り野菜のごま風味炒め じゃがいもの甘辛炒め煮 チンゲン菜の辛子和え ごはん  味噌汁	あじの幽庵焼 生揚げとたけのこの煮物 フルーツ ごはん  味噌汁 ねりもの	赤魚の塩麹焼き ニラ玉炒め 中華サラダ ごはん  中華スープ
	B	鶏肉のマヨマスタード焼き さつま芋のレモン煮 なめ茸和え ごはん  味噌汁	カレイの煮付 切り昆布の煮物 フルーツ ごはん  味噌汁	牛肉の甘辛炒め 卵の花 ブロッコリーのおかか和え 青菜ごはん  味噌汁	ハサの竜田焼 茄子の田楽 小松菜のお浸し ごはん  すまし汁 ふりかけ	さわらの菜種焼き じゃがいもの甘辛炒め煮 チンゲン菜の辛子和え ごはん  味噌汁	豚キムチ炒め 生揚げとたけのこの煮物 フルーツ ごはん  味噌汁 ねりもの	麻婆茄子 ニラ玉炒め 中華サラダ ごはん  中華スープ
日計	A	1杯計:1645kcal かわ:165.5g 脂質:37.0g 食塩相:10.9g	1杯計:1695kcal かわ:166.6g 脂質:41.6g 食塩相:9.4g	1杯計:1731kcal かわ:169.8g 脂質:49.7g 食塩相:11.2g	1杯計:1637kcal かわ:155.3g 脂質:59.7g 食塩相:10.1g	1杯計:1788kcal かわ:162.2g 脂質:49.0g 食塩相:11.0g	1杯計:1648kcal かわ:161.8g 脂質:57.1g 食塩相:10.7g	1杯計:1870kcal かわ:165.8g 脂質:61.8g 食塩相:11.1g
日計	B	1杯計:1557kcal かわ:152.7g 脂質:43.5g 食塩相:8.1g	1杯計:1529kcal かわ:160.4g 脂質:32.4g 食塩相:10.4g	1杯計:1893kcal かわ:161.4g 脂質:66.8g 食塩相:13.4g	1杯計:1581kcal かわ:158.5g 脂質:52.1g 食塩相:9.4g	1杯計:1583kcal かわ:164.4g 脂質:41.7g 食塩相:8.6g	1杯計:1747kcal かわ:160.6g 脂質:59.0g 食塩相:11.8g	1杯計:1701kcal かわ:156.7g 脂質:50.8g 食塩相:10.3g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。

週間献立表

		6月18日(日)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)
洋食	A	ミートボールのコンソメ煮 しろなの和え物 パン 牛乳	野菜とウィンナーのトマト煮 カリフラワーのサラダ パン 牛乳	目玉焼き ポテトサラダ パン ポタージュ 牛乳	ロールキャベツ ブロッコリーのかに風味サラダ パン 牛乳	オムレツ 大根とツナのサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ツナポテトトースト スパゲティサラダ デザート コンソメスープ 牛乳	海老と野菜の炒め物 かぼちゃサラダ パン コーンポタージュ 牛乳
	B	豆腐のそぼろ煮 しろなの和え物 牛乳 ごはん 味噌汁	肉団子と野菜の煮物 カリフラワーのサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	蟹雑炊 厚揚げと野菜の炒め物 ポテトサラダ 牛乳 味噌汁	肉団子の和風あん 納豆 牛乳 ごはん 味噌汁	はんぺん磯辺焼き 大根とツナのサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	さわらの西京焼 スパゲティサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	梅かつお粥 五目炒り卵 かぼちゃサラダ 牛乳 味噌汁
朝食	A	【父の日メニュー】 天ぷら盛り合わせ いんげんのくるみおえ 水ようかん ごはん すまし汁	牛肉のすき焼風煮 里芋の煮物 白菜のお浸し ごはん 味噌汁	さばの煮付け 菜の花のガーリックソテー 香の物 ごはん 味噌汁	ボークピカタ 三色ピーマンの炒め物 アスパラの和え物 ごはん 味噌汁	チキンソテーバーベキューソース ジャーマンポテト 青りんごゼリー ごはん コンソメスープ	ハヤシライス シュリンプサラダ ヨーグルト(ブルーベリーソース) コンソメスープ	あじフライ れんこんのピリ辛炒め 香の物 ごはん すまし汁
	B	冷やしきつねうどん 里芋の煮物 白菜のお浸し	ヒレカツ 菜の花のガーリックソテー 香の物 ごはん 味噌汁	山菜なめこそば 三色ピーマンの炒め物 アスパラの和え物	みそ豚丼 ジャーマンポテト 青りんごゼリー コンソメスープ	さけのムニエル シュリンプサラダ ヨーグルト(ブルーベリーソース) ごはん コンソメスープ	高菜チャーハン れんこんのピリ辛炒め 香の物 すまし汁	
昼食	A	まごころすいーつ	チョコパウム	ドーナツ	バナナスペシャル	塩まんじゅう	薄皮ピーナッツパン	プチシュー
	B	豚肉の味噌炒め 高野豆腐の含め煮 春雨の酢の物 ごはん すまし汁	あじの生姜煮 南瓜の含め煮 フルーツ わかめごはん 味噌汁	豚しゃぶおろしポン酢 竹輪の磯辺揚げ 小松菜の生姜和え ごはん すまし汁	海老と豆腐のチリソース ビーフン炒め チンゲン菜の中華和え ごはん 中華スープ ふりかけ	ムチ&ハハムチーズフライ 小松菜ときのこの煮浸し もやしとさつま揚げの辛子和え ごはん 味噌汁	ほきの味噌マヨネーズ焼 ピーマンの当座煮 フルーツ ごはん すまし汁 ねりもの	筑前煮 卵豆腐 ほうれん草のゆず浸し ごはん 味噌汁
夕食	A	たちうおの七味焼き 高野豆腐の含め煮 春雨の酢の物 ごはん すまし汁	鶏肉の山椒焼 南瓜の含め煮 フルーツ わかめごはん 味噌汁	豆腐ハンバーグ 竹輪の磯辺揚げ 小松菜の生姜和え ごはん すまし汁	棒々鶏 ビーフン炒め チンゲン菜の中華和え ごはん 中華スープ ふりかけ	ほっけの塩焼き 小松菜ときのこの煮浸し もやしとさつま揚げの辛子和え ごはん 味噌汁	つくねの照り焼 ピーマンの当座煮 フルーツ ごはん すまし汁 ねりもの	さばの中華風あんかけ 卵豆腐 ほうれん草のゆず浸し ごはん 味噌汁
	B	1杯 1784kcal カルウ 61.2g 脂質 44.8g 食塩相 7.8g	1杯 1626kcal カルウ 59.2g 脂質 41.4g 食塩相 10.2g	1杯 1793kcal カルウ 65.6g 脂質 73.2g 食塩相 10.4g	1杯 1773kcal カルウ 62.2g 脂質 52.2g 食塩相 9.2g	1杯 1772kcal カルウ 59.1g 脂質 48.3g 食塩相 9.7g	1杯 1641kcal カルウ 58.4g 脂質 58.5g 食塩相 7.5g	1杯 1695kcal カルウ 64.2g 脂質 46.1g 食塩相 10.1g
日計	A	1杯 1722kcal カルウ 60.9g 脂質 45.5g 食塩相 7.1g	1杯 1605kcal カルウ 56.6g 脂質 35.0g 食塩相 10.9g	1杯 1670kcal カルウ 56.9g 脂質 49.4g 食塩相 11.2g	1杯 1599kcal カルウ 61.6g 脂質 36.2g 食塩相 9.8g	1杯 1538kcal カルウ 60.6g 脂質 34.7g 食塩相 8.5g	1杯 1657kcal カルウ 63.9g 脂質 44.8g 食塩相 7.2g	1杯 1678kcal カルウ 61.6g 脂質 61.4g 食塩相 11.6g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。

週間献立表

		6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	7月1日(土)
洋食	A	ポテトクリーム煮 白菜のドレ和え パン 牛乳	はんぺんのマヨネーズ焼 スパゲティサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ソーセージソテー 豆サラダ パン パンブキンポターージュ 牛乳	バイクドエッグ アスパラサラダ パン コンソメスープ 牛乳	ポトフ風 白菜とツナのサラダ パン 牛乳	ツナ入りスクランブルエッグ ピーナツ和え 牛乳 パン コンソメスープ	ロールキャバツ ブロッコリーの和えもの パン 牛乳
	B	はんぺんの煮物 白菜のドレ和え 牛乳 ごはん 味噌汁	厚揚げのそぼろあんかけ スパゲティサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	かぶと高菜のお粥 ほうれん草と卵のソテー 豆サラダ 牛乳 パンブキンポターージュ	車麩の煮物 納豆 牛乳 ごはん 味噌汁	豚肉とたまねぎの炒め煮 白菜とツナのサラダ 牛乳 ごはん 味噌汁	高野豆腐の卵とじ ピーナツ和え 牛乳 ごはん 味噌汁	ホタテ風中華粥 車麩の煮物 ごはん 味噌汁 牛乳
朝食	A	チンジャオロース 焼餃子 杏仁豆腐 ごはん 中華スープ	大根と豚肉のこってり煮 里芋の煮物 キャバツの浅漬け ごはん コンソメスープ	さばの梅風味焼き 大根金平 香の物 ごはん 具沢山味噌汁	あじの唐揚げ油淋ソース 茄子の肉みそかけ 香の物 ごはん 味噌汁	チキンソテータルタルソース イタリアンサラダ ヨーグルト ごはん コンソメスープ	 <p>【季節のさっぱり麺フェア】 サラダうどん とり天 夏野菜マリネ</p>	豚肉の甘酢あんかけ 大根のべっこう煮 胡瓜とみょうがの酢の物 ごはん 味噌汁
	B	冷やし中華 焼餃子 杏仁豆腐	和風たらこスパゲティ 里芋の煮物 キャバツの浅漬け コンソメスープ	親子丼 大根金平 香の物 具沢山味噌汁	かき揚げ丼 茄子の肉みそかけ 香の物 味噌汁	スパゲッティミートソース イタリアンサラダ ヨーグルト コンソメスープ		醤油ラーメン 大根のべっこう煮 胡瓜とみょうがの酢の物
昼食	A	カステラ	牛乳プリン	ベルギーワッフル	水ようかん	黒糖まんじゅう	今川焼き	たいやき
	B	さけの塩焼き 南瓜の煮物 冷奴～山形のだしのせ～ ごはん 味噌汁	ほきのムニエル ほうれん草とえびのソテー フルーツ ごはん ポターージュ ふりかけ	照り焼きハンバーグ 大豆とひじきの煮物 カリフラワーのピーナツ和え ごはん 味噌汁	カレイのパン粉焼 野菜ソテー ポテトサラダ ごはん コンソメスープ ねりもの	鯖の味噌煮 ピーマンともやしの炒め物 もずく酢 ゆかりごはん すまし汁	つくねの照り焼き 里芋の柚子味噌かけ フルーツ ごはん すまし汁	ハサの野菜あんかけ ザーサイの炒り卵 チンゲン菜のおかか和え ごはん 味噌汁
おやつ	A	鶏肉とブロッコリーの塩炒め 南瓜の煮物 冷奴～山形のだしのせ～ ごはん 味噌汁	カニクリームコロッケ ほうれん草とえびのソテー フルーツ ごはん ポターージュ ふりかけ	赤魚の照り焼き 大豆とひじきの煮物 カリフラワーのピーナツ和え ごはん 味噌汁	鶏肉のトマトチーズ焼き 野菜ソテー ポテトサラダ ごはん コンソメスープ ねりもの	豚肉のごま漬焼 ピーマンともやしの炒め物 もずく酢 ゆかりごはん すまし汁	ホキのみぞれ南蛮 里芋の柚子味噌かけ フルーツ ごはん すまし汁	茹で豚のボン酢ソース ザーサイの炒り卵 チンゲン菜のおかか和え ごはん 味噌汁
	B	1杯 1732kcal かわり 71.7g 脂質 43.2g 食塩相 9.6g	1杯 1707kcal かわり 64.4g 脂質 45.0g 食塩相 10.4g	1杯 1847kcal かわり 65.5g 脂質 55.1g 食塩相 13.5g	1杯 1611kcal かわり 55.4g 脂質 46.4g 食塩相 11.6g	1杯 1773kcal かわり 64.0g 脂質 64.8g 食塩相 8.8g	1杯 1756kcal かわり 66.6g 脂質 55.1g 食塩相 8.1g	1杯 1604kcal かわり 58.1g 脂質 39.0g 食塩相 11.7g
夕食	A	1杯 481kcal かわり 24.0g 1杯 1537kcal かわり 59.8g 脂質 28.5g 食塩相 10.6g	1杯 595kcal かわり 13.7g 1杯 1785kcal かわり 60.0g 脂質 50.5g 食塩相 13.1g	1杯 463kcal かわり 23.9g 1杯 1634kcal かわり 70.8g 脂質 45.4g 食塩相 10.2g	1杯 518kcal かわり 19.9g 1杯 1644kcal かわり 51.0g 脂質 46.9g 食塩相 8.6g	1杯 457kcal かわり 22.3g 1杯 1618kcal かわり 68.7g 脂質 39.4g 食塩相 9.4g	1杯 540kcal かわり 21.1g 1杯 1705kcal かわり 65.2g 脂質 45.5g 食塩相 8.8g	1杯 562kcal かわり 26.3g 1杯 1701kcal かわり 62.0g 脂質 35.1g 食塩相 12.8g
	B	1杯 481kcal かわり 24.0g 1杯 1537kcal かわり 59.8g 脂質 28.5g 食塩相 10.6g	1杯 595kcal かわり 13.7g 1杯 1785kcal かわり 60.0g 脂質 50.5g 食塩相 13.1g	1杯 463kcal かわり 23.9g 1杯 1634kcal かわり 70.8g 脂質 45.4g 食塩相 10.2g	1杯 518kcal かわり 19.9g 1杯 1644kcal かわり 51.0g 脂質 46.9g 食塩相 8.6g	1杯 457kcal かわり 22.3g 1杯 1618kcal かわり 68.7g 脂質 39.4g 食塩相 9.4g	1杯 540kcal かわり 21.1g 1杯 1705kcal かわり 65.2g 脂質 45.5g 食塩相 8.8g	1杯 562kcal かわり 26.3g 1杯 1701kcal かわり 62.0g 脂質 35.1g 食塩相 12.8g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。