

令和5年6月 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	りんごパン	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	ナポリタン	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	チンゲン菜の炒め煮	いんげんソテー	えび団子煮物	ほうれん草ベーコン	ちくわ炒め煮	小松菜煮浸し
	果物 	果物	牛乳	果物	牛乳 	果物	果物 
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	475Kcal 1.3g	371Kcal 2.1g	485Kcal 1.5g	358Kcal 2.5g	454Kcal 1.1g	355Kcal 2.7g	296Kcal 2.1g
昼食	御飯	おにぎり	御飯	カレーライス	御飯	御飯	御飯
	豚肉四川風炒め	冷やしそば	白身魚の天ぷら盛り合わせ	添え(福神漬)	鶏のさっぱり煮	さばの塩焼き	豚肉のねぎソース
	さつま芋の甘煮	がんも煮	添え(天つゆ)	コールスローサラダ	添え(白葱・茄子)	添え(おろし)	添え(ブロッコリー・トマト)
	いんげんのドレ和え	もやしのゆず醤油和え	れんこんの旨煮	コーヒーゼリー	ブロッコリー炒め	キャベツ炒め	揚げなすの煮浸し
	中華スープ		小松菜のお浸し		めかぶ	おくら醤油和え	柚子もずく酢
		味噌汁		味噌汁	味噌汁 	味噌汁	
	617Kcal 2.5g	546Kcal 2.7g	537Kcal 2.8g	687Kcal 2.9g	562Kcal 2.6g	484Kcal 2.1g	548Kcal 3.2g
夕食	御飯	御飯 	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯 
	あじのつけ焼き	ハンバーグ	豚肉の生姜焼き	めばるの煮付け	チャプチェ風	豆腐の牛肉のせ	鮭のムニエル
	添え(和え物)	添え(グラッセ)	添え(ブロッコリー・人参)	添え(豆腐・オクラ)	餃子	ぜんまいの炒り煮	添え(いんげん・人参)
	ちくわ磯辺揚げ	カリフラワー炒め	たけのこ土佐煮	ちくわの金平	更紗和え	白菜のお浸し	かぼちゃのそぼろ煮
	なます 	チキンサラダ	里芋のずんだ和え	アスパラサラダ	中華スープ	清汁	かぶのドレ和え
		清汁 	味噌汁 			コンソメスープ	
	531Kcal 2.6g	574Kcal 2.9g	507Kcal 2.7g	563Kcal 2.7g	594Kcal 2.8g	678Kcal 2.7g	680Kcal 2.5g
総合計	1623Kcal 6.4g	1491Kcal 7.7g	1529Kcal 7.0g	1608Kcal 8.1g	1610Kcal 6.5g	1517Kcal 7.5g	1524Kcal 7.8g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。