

令和5年6月 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)
朝食	メロンパン	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	コーンサラダ	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	絹厚揚げ煮	ベーコンのスープ煮	ツナ和え	照り焼き肉団子	白菜の煮浸し	小松菜のじゃこ炒め
	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
	466Kcal 1.0g	349Kcal 2.0g	488Kcal 1.9g	385Kcal 2.0g	498Kcal 1.7g	299Kcal 2.1g	313Kcal 2.1g
昼食	<お誕生日会>	御飯	ビビンバ丼	御飯	御飯	おにぎり	御飯
	御飯	あじの甘酢野菜あんかけ	冷奴	タンドリーチキン	さわらの西京焼き	ちゃんぽん	豆腐ステーキのきのこおろしかけ
	天ぷら盛り合わせ	ふきの香味炒め	わかめスープ	添え(アスパラ)	添え(和え物)	春巻	じゃが芋煮
	添え(天つゆ)	モロヘイヤのごま和え	杏仁豆腐	ビーフソテー	枝豆がんも煮	プリン	たけのこの土佐和え
	とうがん煮	味噌汁		大根菜のごま和え	大根のさっぱり和え		味噌汁
	しろ菜の辛子和え			コンソメスープ	五目汁		
	赤だし 						
	557Kcal 3.8g	640Kcal 3.0g	557Kcal 2.4g	624Kcal 3.0g	526Kcal 2.9g	676Kcal 3.3g	606Kcal 3.1g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	牛肉の甘辛炒め	ロールキャベツ	太刀魚の梅干し煮	豚皿	すき煮	鶏の香草パン粉焼き	牛肉の赤ワイン煮
	添え(スナップエンドウ)	マカロニソテー	添え(オクラ・人参)	キャベツソテー	ほうれん草炒め	添え(グラッセ)	添え(ブロッコリー)
	ひじき炒め	えびサラダ	おさつチーズ	スナップエンドウの辛子マヨ和え	カリフラワーの甘酢和え	さつまいも煮	いんげん炒め
	チンゲン菜和え物	果物 	小松菜の和え物	味噌汁	味噌汁	アスパラのドレ和え	レタスサラダ
	味噌汁 		味噌汁			清汁 	コンソメスープ
	583Kcal 2.9g	602Kcal 1.8g	540Kcal 3.1g	592Kcal 3.1g	603Kcal 2.7g	677Kcal 2.3g	646Kcal 2.7g
総合計	1606Kcal 7.7g	1591Kcal 6.8g	1585Kcal 7.4g	1601Kcal 8.1g	1627Kcal 7.3g	1652Kcal 7.7g	1565Kcal 7.9g

※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。