

令和5年6月 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) |
|--------------|---|--|---|---|--|---|---|
| 朝食 | ストロベリーツイスト | 白粥 | 食パン  | 白粥 | バターロール | 白粥 | 白粥 |
| | ソーセージのスープ煮 | 漬物 | ジャム | 漬物 | ジャム | 漬物 | 漬物 |
| | 牛乳 | 肉団子の旨煮 | 白菜のコンソメ煮 | 冬瓜の煮物 | じゃが芋コンソメ煮 | しろ菜の和え物 | アスパラの和え物 |
| | 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 |
| | 432Kcal 1.2g | 342Kcal 2.3g | 471Kcal 1.6g | 328Kcal 2.5g | 446Kcal 1.3g | 312Kcal 2.2g | 379Kcal 2.1g |
| 昼食 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | おにぎり | 御飯  | ちらし寿司 |
| | 鮭の塩焼き | 酢豚 | 肉じゃが | えび入りかき揚げ | 昆布うどん | チキン南蛮  | 田楽皿 |
| | 添え(おろし) | チンゲン菜の炒め煮 | 海鮮ニンニクの芽炒め | 添え(天つゆ) | 豚の角煮 | 添え(三色ピーマン) | 清汁 |
| | 炒り豆腐 | 海藻サラダ | もずく酢 | 厚揚げ煮 | フルーツ寒天 | 大豆煮 | 果物 |
| | オクラ和風和え | 中華スープ | 味噌汁 | 小松菜のわさび和え |  | ブロッコリーのお浸し |  |
| | 味噌汁  |  | | 豚汁  | | コンソメスープ | |
| 568Kcal 2.2g | 616Kcal 2.8g | 618Kcal 3.3g | 655Kcal 2.8g | 593Kcal 3.3g | 670Kcal 2.7g | 573Kcal 3.7g | |
| 夕食 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 | 御飯 |
| | 大和煮 | 鶏のオニオンソース | 豚とキャベツのヘルシー蒸し | 白身魚のバター醤油焼き | 牛肉の塩コショウ炒め | かれいの煮付け | 牛肉のスタミナ焼き |
| | しろ菜の煮浸し | 添え(キャベツ) | しんじょうの煮物 | 添え(カリフラワー) | もやしのさっと煮 | 添え(大根・人参) | 里芋の照り煮 |
| | アスパラのドレ和え | いんげん炒め煮 | ぬた和え | かぼちゃのいところ煮 | ふきのかつお和え | ほうれん草炒め | レタスサラダ |
| | 味噌汁 | カリフラワーのごま和え | 清汁 | スナップえんどうのごま和え | 味噌汁 | マカロニサラダ | 味噌汁 |
| |  | 味噌汁 | | コンソメスープ  | | 味噌汁  |  |
| 577Kcal 2.8g | 604Kcal 2.8g | 567Kcal 2.8g | 617Kcal 2.7g | 563Kcal 2.7g | 541Kcal 2.5g | 623Kcal 2.4g | |
| 総合計 | 1577Kcal 6.2g | 1562Kcal 7.9g | 1656Kcal 7.7g | 1600Kcal 8.0g | 1602Kcal 7.3g | 1523Kcal 7.4g | 575Kcal 8.2g |

※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。