

令和5年6月 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)
朝食	ミニ抹茶ツイスト	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥
	マカロニサラダ	漬物	ジャム 	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	平天の旨煮	ピーマンソテー	ちくわ炒め煮	ウインナーサラダ	冬瓜の煮物	絹あげ煮 
	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
	468Kcal 1.1g	314Kcal 2.0g	490Kcal 1.6g	360Kcal 2.7g	486Kcal 1.4g	332Kcal 2.4g	346Kcal 2.2g
昼食	御飯	御飯	御飯	<small>【駅弁の日】広島県・広島駅「幕の内弁当」</small>	シーフードカレー	おにぎり	赤飯
	白身魚の香味焼き	豚肉の味噌炒め	メンチカツ	炊き込みごはん	漬物(福神漬)	山菜うどん	鶏肉の塩麴焼
	添え(わさび和え)	なすのオランダ煮	添え(キャベツ・トマト)	鮭の塩焼き	コールスローサラダ	卵の花	添え(ししとう)
	高野煮	ほうれん草の和え物	切干大根煮	カニカマ天ぷら	フルーチェ(いちご)	スナップエンドウの和え物	里芋と五目しんじょうの煮物
	たたき胡瓜	清汁 	チンゲン菜和え物	照り焼き肉団子			いんげんの和え物
	味噌汁 		コンソメスープ 	煮ごめ ほうれん草のお浸し 漬物・果物・清汁			清汁 
542Kcal 2.7g	621Kcal 2.8g	605Kcal 3.1g	653Kcal 4.1g	563Kcal 3.4g	510Kcal 3.1g	592Kcal 2.5g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	鶏のジンジャーソース	さばの煮付け	ゆで豚のポン酢仕立て	塩だれチキン	プルコギ	さけの塩焼き	豚肉と生姜の煮物
	添え(ピーマン)	添え(ふき・人参)	アスパラベーコン炒め	添え(スナップエンドウ)	こんにゃくのゴマ煮	添え(なます)	蒸しシューマイ
	大根菜の煮浸し	五目大豆煮	オクラのマヨ和え	さつま芋の甘煮	冷奴	茄子の味噌煮	ほうれん草のドレ和え
	春雨サラダ	いんげんの胡麻和え	味噌汁	モロヘイヤのツナ和え	味噌汁	ブロッコリーの和え物	味噌汁 
	コンソメスープ	味噌汁 		味噌汁		味噌汁 	
598Kcal 3.1g	560Kcal 2.7g	535Kcal 2.5g	71Kcal 2.9g	584Kcal 2.3g	620Kcal 2.7g	605Kcal 2.8g	
総合計	1608Kcal 6.9g	1495Kcal 7.5g	1630Kcal 7.2g	1684Kcal 9.7g	1633Kcal 7.1g	1462Kcal 8.2g	1543Kcal 7.5g

※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。