

令和8年6月 花咲池田献立表

	5月31日(日)	6月1日(月)	6月2日(火)	6月3日(水)	6月4日(木)	6月5日(金)	6月6日(土)
朝食	ミニ山シュガー イタリアンサラダ 牛乳 果物	白粥 漬物 ちくわの金平 果物 味噌汁	食パン マーガリン しろ菜ソテー コーヒー牛乳 ヨーグルト 	白粥 漬物 冬瓜の生姜あんかけ 果物 	食パン  ジャム  プレーンオムレツ コーヒー牛乳 みかん缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 ピーマンのツナ和え 果物	茶粥 漬物 いか団子の旨煮 いちごゼリー 
	エネルギー- 462 タンパク 13.4 脂質 16 炭水化物 65.6 カルシウム 266 食塩相当量 1.1	エネルギー- 332 タンパク 8.1 脂質 5.7 炭水化物 62.9 カルシウム 62 食塩相当量 2.6	エネルギー- 465 タンパク 13 脂質 19.9 炭水化物 56.5 カルシウム 268 食塩相当量 1.8	エネルギー- 240 タンパク 4.4 脂質 0.7 炭水化物 56.1 カルシウム 21 食塩相当量 0.7	エネルギー- 445 タンパク 14 脂質 10.7 炭水化物 70.8 カルシウム 198 食塩相当量 2	エネルギー- 276 タンパク 8.7 脂質 4.1 炭水化物 52.3 カルシウム 14 食塩相当量 0.8	エネルギー- 281 タンパク 9.8 脂質 4.1 炭水化物 50.6 カルシウム 15 食塩相当量 1.6
昼食	御飯 焼き肉風炒め さつま芋の甘煮 もずく酢 味噌汁 	赤飯 さばの塩焼き 添え(おろし・レモン) 煮物 小松菜のごま和え 清汁 	御飯 洋風玉子焼き 添え(ブロッコリー) もやしのソテー アスパラのドレ和え コンソメスープ 	御飯 焼き鳥(串なし) 添え(白ねぎ・ししとう) 小松菜の炒め煮 白菜のドレ和え 味噌汁 	おにぎり 醤油ラーメン 蒸しニラ饅頭 もやしの和え物 	カレーライス 漬物(福神漬) コールスロー フルーツポンチ 	御飯 白身魚のムニエル 添え(ソテー) チンゲン菜の煮浸し 大根サラダ コンソメスープ 
	エネルギー- 541 タンパク 20.2 脂質 9.1 炭水化物 96.9 カルシウム 93 食塩相当量 2.7	エネルギー- 524 タンパク 23 脂質 18.4 炭水化物 64.7 カルシウム 157 食塩相当量 2.3	エネルギー- 588 タンパク 26.4 脂質 22 炭水化物 71.1 カルシウム 103 食塩相当量 2.2	エネルギー- 594 タンパク 24.2 脂質 23.1 炭水化物 71.4 カルシウム 147 食塩相当量 3.1	エネルギー- 544 タンパク 21.9 脂質 11.3 炭水化物 85.8 カルシウム 78 食塩相当量 3.9	エネルギー- 627 タンパク 19.2 脂質 17.4 炭水化物 99.3 カルシウム 78 食塩相当量 3.2	エネルギー- 552 タンパク 19.4 脂質 20.4 炭水化物 71.4 カルシウム 87 食塩相当量 2.4
夕食	御飯 クリームシチュー マカロニソテー コーンサラダ 果物 	御飯 鶏肉のもろみ焼き 添え(白葱・いんげん) かぼちゃ煮 チンゲンサイのお浸し 味噌汁 	御飯 赤魚の漬け焼き 添え(揚げなす・人参) れんこん金平 ほうれん草の湯葉和え 豚汁 	御飯 酢豚 ビーフソテー チンゲンサイの中華和え 中華スープ 	御飯 太刀魚の照り焼き 添え(いんげん) 大根菜とエビの炒め物 かぶの甘酢和え 清汁 	御飯 れんこんのおとし揚げ 添え(オクラ) 大豆煮 カリフラワーのごまドレ和え 味噌汁 	御飯 豚肉の甘辛炒め さつま芋煮 春雨サラダ 味噌汁 
	エネルギー- 664 タンパク 22 脂質 20.2 炭水化物 101.9 カルシウム 83 食塩相当量 3.3	エネルギー- 624 タンパク 26 脂質 19.7 炭水化物 85.5 カルシウム 130 食塩相当量 3.3	エネルギー- 513 タンパク 21.9 脂質 11 炭水化物 80.6 カルシウム 97 食塩相当量 2.6	エネルギー- 716 タンパク 16.6 脂質 28 炭水化物 97.7 カルシウム 99 食塩相当量 3.2	エネルギー- 562 タンパク 20.6 脂質 19.6 炭水化物 74.2 カルシウム 185 食塩相当量 2	エネルギー- 603 タンパク 22.6 脂質 18.3 炭水化物 88.3 カルシウム 122 食塩相当量 3.4	エネルギー- 682 タンパク 22.2 脂質 23.1 炭水化物 96.7 カルシウム 142 食塩相当量 2.8
合計	エネルギー- 1667 タンパク 55.6 脂質 45.3 炭水化物 264.4 カルシウム 442 食塩相当量 7.1	エネルギー- 1480 タンパク 57.1 脂質 43.8 炭水化物 213.1 カルシウム 349 食塩相当量 8.2	エネルギー- 1566 タンパク 61.3 脂質 52.9 炭水化物 208.2 カルシウム 468 食塩相当量 6.6	エネルギー- 1550 タンパク 45.2 脂質 51.8 炭水化物 225.2 カルシウム 267 食塩相当量 7	エネルギー- 1551 タンパク 56.5 脂質 41.6 炭水化物 230.8 カルシウム 461 食塩相当量 7.9	エネルギー- 1506 タンパク 50.5 脂質 39.8 炭水化物 239.9 カルシウム 214 食塩相当量 7.4	エネルギー- 1515 タンパク 51.4 脂質 47.6 炭水化物 218.7 カルシウム 244 食塩相当量 6.8

※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。

令和8年6月 花咲池田献立表

	6月7日(日)	6月8日(月)	6月9日(火)	6月10日(水)	6月11日(木)	6月12日(金)	6月13日(土)
朝食	ストロベリーツイスト キャベツソテー 牛乳 果物 	白粥 漬物 ほうれん草の和え物 果物  味噌汁 	食パン マーガリン ハムサラダ コーヒー牛乳 ヨーグルト 	白粥 漬物 照り焼き肉団子 果物 	食パン ジャム  コンソメ煮 コーヒー牛乳 パイン缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 厚揚げ煮 果物 	茶粥 漬物 だし巻きたまご 青りんごゼリー 
	エネルギー- 441 タンパク 13 脂質 19.1 炭水化物 54.3 カルシウム 262 食塩相当量 0.9	エネルギー- 273 タンパク 7.9 脂質 2.4 炭水化物 56.3 カルシウム 67 食塩相当量 2.3	エネルギー- 453 タンパク 12.6 脂質 17.9 炭水化物 57.6 カルシウム 203 食塩相当量 1.8	エネルギー- 303 タンパク 9.6 脂質 2 炭水化物 63.4 カルシウム 34 食塩相当量 1.1	エネルギー- 441 タンパク 13.1 脂質 10 炭水化物 74.1 カルシウム 201 食塩相当量 1.8	エネルギー- 317 タンパク 10.4 脂質 7.4 炭水化物 52 カルシウム 155 食塩相当量 0.7	エネルギー- 338 タンパク 10.7 脂質 6.1 炭水化物 60.7 カルシウム 35 食塩相当量 1.4
昼食	御飯 肉味噌豆腐 かぶの煮物 ブロッコリーのごま和え 清汁 	御飯 さわらの酒蒸し 添え(オクラ) じゃがいも煮 大根菜のごまドレ和え 味噌汁 	御飯 鶏の唐揚げ 添え(ブロッコリー・トマト) なすの揚げ浸し 小松菜の和え物 味噌汁 	御飯 さばのごま焼き 添え(人参・ししとう) 枝豆がんも煮 いんげんのドレ和え 清汁 	おにぎり はいからうどん じゃこピーマン いちごゼリー 	木の葉丼 さつまいもの金平 小松菜の辛子和え 味噌汁 	御飯 カレイの煮付け 添え(れんこん・人参) かぼちゃのいとこ煮 いんげんのおかかマヨ和え 清汁 
	エネルギー- 641 タンパク 30.4 脂質 18.3 炭水化物 86.4 カルシウム 233 食塩相当量 3.2	エネルギー- 516 タンパク 23.5 脂質 13.1 炭水化物 77.6 カルシウム 187 食塩相当量 3.3	エネルギー- 649 タンパク 21.9 脂質 29 炭水化物 76.9 カルシウム 152 食塩相当量 3.1	エネルギー- 610 タンパク 26 脂質 24.5 炭水化物 70.4 カルシウム 106 食塩相当量 2.4	エネルギー- 635 タンパク 19.2 脂質 18.6 炭水化物 94.4 カルシウム 54 食塩相当量 3.6	エネルギー- 540 タンパク 17.4 脂質 12 炭水化物 91.3 カルシウム 199 食塩相当量 3.5	エネルギー- 601 タンパク 27.3 脂質 11.4 炭水化物 97.6 カルシウム 109 食塩相当量 2.4
夕食	御飯 筑前煮 ふきの金平 白菜のおかか和え 味噌汁 	御飯 ビーフストロガノフ えびとピーマン炒め カリフラワーのマヨ和え 果物 	御飯 豚肉の塩麴炒め ぜんまいの煮物 じゃこと大根の甘酢和え 味噌汁 	御飯 鶏の山椒焼き 添え(オクラ) アスパラのソテー 里芋の味噌和え 味噌汁 	御飯 牛肉のしぐれ煮 切り干し大根 チンゲンサイの和え物 味噌汁 	御飯 枝豆と大葉の鶏つくね 添え(オクラ・トマト) 茄子のソテー アスパラのドレ和え 清汁 	御飯 豚肉の生姜焼き 添え(キャベツ) ひじき入り炒り豆腐 大根サラダ 味噌汁 
	エネルギー- 524 タンパク 19.9 脂質 13.7 炭水化物 79.9 カルシウム 77 食塩相当量 2.6	エネルギー- 646 タンパク 26 脂質 22.9 炭水化物 85.7 カルシウム 83 食塩相当量 2.8	エネルギー- 573 タンパク 21.8 脂質 18.4 炭水化物 78.4 カルシウム 80 食塩相当量 2.3	エネルギー- 616 タンパク 26.2 脂質 22 炭水化物 75.4 カルシウム 100 食塩相当量 3	エネルギー- 522 タンパク 21.9 脂質 12.4 炭水化物 80.3 カルシウム 159 食塩相当量 3.1	エネルギー- 654 タンパク 26.4 脂質 26.5 炭水化物 76.6 カルシウム 130 食塩相当量 2.7	エネルギー- 643 タンパク 25 脂質 25.7 炭水化物 76.9 カルシウム 171 食塩相当量 3
合計	エネルギー- 1606 タンパク 63.3 脂質 51.1 炭水化物 220.6 カルシウム 572 食塩相当量 6.7	エネルギー- 1435 タンパク 57.4 脂質 38.4 炭水化物 219.6 カルシウム 337 食塩相当量 8.4	エネルギー- 1675 タンパク 56.3 脂質 65.3 炭水化物 212.9 カルシウム 435 食塩相当量 7.2	エネルギー- 1529 タンパク 61.8 脂質 48.5 炭水化物 209.2 カルシウム 240 食塩相当量 6.5	エネルギー- 1598 タンパク 54.2 脂質 41 炭水化物 248.8 カルシウム 414 食塩相当量 8.5	エネルギー- 1511 タンパク 54.2 脂質 45.9 炭水化物 219.9 カルシウム 484 食塩相当量 6.9	エネルギー- 1582 タンパク 63 脂質 43.2 炭水化物 235.2 カルシウム 315 食塩相当量 6.8

※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。

令和8年6月 花咲池田献立表

	6月14日(日)	6月15日(月)	6月16日(火)	6月17日(水)	6月18日(木)	6月19日(金)	6月20日(土)
朝食	りんごパン ブロッコリーサラダ 牛乳 果物 	白粥 漬物 小松菜のそぼろ炒め 果物 味噌汁	食パン マーガリン ソーセージソテー コーヒー牛乳  ヨーグルト	白粥 漬物 かぶのツナ煮 果物 	食パン ジャム  マカロニサラダ コーヒー牛乳 洋梨缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 たまごとじ 果物	茶粥 漬物 小松菜とがんと煮 オレンジゼリー 
	エネルギー 457 たんぱく 14.2 脂質 16 炭水化物 64.3 カルシウム 277 食塩相当量 1.1	エネルギー 318 たんぱく 8.7 脂質 6.5 炭水化物 56.4 カルシウム 92 食塩相当量 1.9	エネルギー 482 たんぱく 13.6 脂質 19.2 炭水化物 60.8 カルシウム 224 食塩相当量 1.8	エネルギー 279 たんぱく 9.1 脂質 3 炭水化物 55.6 カルシウム 25 食塩相当量 0.9	エネルギー 516 たんぱく 13.3 脂質 16.8 炭水化物 75.9 カルシウム 207 食塩相当量 1.4	エネルギー 297 たんぱく 10.3 脂質 5.8 炭水化物 50.6 カルシウム 37 食塩相当量 1	エネルギー 347 たんぱく 8.6 脂質 5.6 炭水化物 65.3 カルシウム 83 食塩相当量 1.4
昼食	【お誕生日会】 赤飯 天ぷら盛り合わせ 添え(天つゆ) もずく酢 茶碗蒸し 赤だし 果物 	御飯 ポークビーンズ ほうれん草のソテー カリフラワーのドレ和え コンソメスープ 	御飯 あじの南蛮漬け 大根菜の炒め物 海藻サラダ 味噌汁 	御飯 豚肉の味噌炒め 根菜と平天の煮物 チンゲン菜のゆずドレ和え 清汁 	おにぎり 鶏南蛮そば アスパラのドレ和え 果物 	シーフードカレー 漬物(福神漬) レタスサラダ マンゴープリン 	御飯 豆腐の野菜あんかけ チンゲン菜の炒め物 もやしのナムル 味噌汁 
	エネルギー 683 たんぱく 27.9 脂質 20.8 炭水化物 95.4 カルシウム 108 食塩相当量 5	エネルギー 618 たんぱく 25.9 脂質 23.4 炭水化物 77.4 カルシウム 134 食塩相当量 2.6	エネルギー 599 たんぱく 24.8 脂質 19.2 炭水化物 81.3 カルシウム 199 食塩相当量 3.1	エネルギー 658 たんぱく 24.3 脂質 24.3 炭水化物 82.2 カルシウム 94 食塩相当量 3.4	エネルギー 601 たんぱく 25 脂質 15.9 炭水化物 90.3 カルシウム 62 食塩相当量 2.6	エネルギー 600 たんぱく 17.4 脂質 15 炭水化物 99.6 カルシウム 107 食塩相当量 3.6	エネルギー 612 たんぱく 24.5 脂質 20.7 炭水化物 80.6 カルシウム 241 食塩相当量 2.6
夕食	御飯 白身魚のバター照り焼き 添え(オクラ) ピーマンとコーンのソテー かぶのドレ和え 清汁 	御飯 牛肉の中華炒め 春巻 めかぶ 中華スープ 	御飯 五目卵銀あんかけ しろ菜ソテー 鶏ときゅうりの春雨サラダ 清汁 	魚の香草パン粉焼き 添え(ブロッコリー・人参) ジャーマンポテト イタリアンサラダ コーンスープ 	御飯 大和煮 白花豆煮 小松菜のおかか和え 味噌汁 	御飯 鶏肉のくわ焼き 添え(オクラ・人参) かぼちゃ煮 大根菜の和え物 清汁 	御飯 さわらのゆず醤油焼き 添え(ししとう・甘酢生姜) 里芋の煮ところがし いんげんの和え物 味噌汁 
	エネルギー 476 たんぱく 17.7 脂質 12.1 炭水化物 74.2 カルシウム 78 食塩相当量 1.9	エネルギー 588 たんぱく 22.5 脂質 18.4 炭水化物 81.5 カルシウム 133 食塩相当量 3.7	エネルギー 528 たんぱく 19.9 脂質 14.9 炭水化物 77.1 カルシウム 124 食塩相当量 2.7	エネルギー 662 たんぱく 25.7 脂質 21.7 炭水化物 92.7 カルシウム 195 食塩相当量 2.4	エネルギー 484 たんぱく 21.2 脂質 4.9 炭水化物 89 カルシウム 159 食塩相当量 2.4	エネルギー 623 たんぱく 25.4 脂質 20.2 炭水化物 84.2 カルシウム 183 食塩相当量 2.6	エネルギー 484 たんぱく 22.3 脂質 8.5 炭水化物 77.6 カルシウム 75 食塩相当量 3.3
合計	エネルギー 1616 たんぱく 59.8 脂質 48.9 炭水化物 233.9 カルシウム 463 食塩相当量 8	エネルギー 1524 たんぱく 57.1 脂質 48.3 炭水化物 215.3 カルシウム 359 食塩相当量 8.2	エネルギー 1609 たんぱく 58.3 脂質 53.3 炭水化物 219.2 カルシウム 547 食塩相当量 7.6	エネルギー 1599 たんぱく 59.1 脂質 49 炭水化物 230.5 カルシウム 314 食塩相当量 6.7	エネルギー 1601 たんぱく 59.5 脂質 37.6 炭水化物 255.2 カルシウム 428 食塩相当量 6.4	エネルギー 1520 たんぱく 53.1 脂質 41 炭水化物 234.4 カルシウム 327 食塩相当量 7.2	エネルギー 1443 たんぱく 55.4 脂質 34.8 炭水化物 223.5 カルシウム 399 食塩相当量 7.3

※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。

令和8年6月 花咲池田献立表

	6月21日(日)	6月22日(月)	6月23日(火)	6月24日(水)	6月25日(木)	6月26日(金)	6月27日(土)
朝食	メロンパン カリフラワーのドレ和え 牛乳 果物 	白粥 漬物 肉団子の旨煮 果物  味噌汁	食パン マーガリン フレンチサラダ コーヒー牛乳 ヨーグルト 	白粥 漬物 平天の旨煮 果物	食パン ジャム アスパラサラダ コーヒー牛乳 黄桃缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 がんと煮 果物 	茶粥 漬物 いか団子の旨煮 いちごゼリー
	エネルギー 456 タンパク 15.2 脂質 15.7 炭水化物 62.5 カルシウム 270 食塩相当量 1.4	エネルギー 306 タンパク 9.2 脂質 3.2 炭水化物 61.2 カルシウム 91 食塩相当量 2.7	エネルギー 461 タンパク 12.7 脂質 18.5 炭水化物 58.3 カルシウム 203 食塩相当量 2	エネルギー 289 タンパク 9.2 脂質 1.6 炭水化物 60.8 カルシウム 14 食塩相当量 1.2	エネルギー 426 タンパク 12.6 脂質 10 炭水化物 70.1 カルシウム 209 食塩相当量 1.5	エネルギー 313 タンパク 9.6 脂質 7.8 炭水化物 50.4 カルシウム 16 食塩相当量 1.1	エネルギー 281 タンパク 9.8 脂質 4.1 炭水化物 50.6 カルシウム 15 食塩相当量 1.6
昼食	【洋食の日】 ピザトースト  ハンバーグ 添え(グラッセ) 野菜サラダ(かにかま) コーンスープ 	御飯 ほっけの塩焼き 添え(おろし) 茄子のそぼろ煮 しる菜のドレ和え 清汁 	御飯 ほうれん草とチーズのキッシュ風 じゃがいもの洋風煮 アスパラサラダ コンソメスープ 	【お弁当の日】 ゆかりごはん  漬物 チキンカツ  豆腐ハンバーグ 揚げなすの煮浸し しる菜のマヨ和え 味噌汁 果物	おにぎり 焼きそば ブロッコリーのソテー 味噌汁 杏仁豆腐 	牛丼 きゅうりとみょうがの酢の物 味噌汁 青りんごゼリー(手作り) 	御飯 鶏肉の梅しそ照り焼き 添え(ブロッコリー・トマト) しろ菜のじゃこ炒め イタリアンドレ和え 味噌汁 
	エネルギー 704 タンパク 27.6 脂質 31 炭水化物 76 カルシウム 235 食塩相当量 5.4	エネルギー 525 タンパク 21.9 脂質 17.6 炭水化物 67.8 カルシウム 113 食塩相当量 2.5	エネルギー 618 タンパク 23.9 脂質 25.4 炭水化物 76.1 カルシウム 167 食塩相当量 3.1	エネルギー 668 タンパク 20.1 脂質 23.2 炭水化物 95.5 カルシウム 145 食塩相当量 3.8	エネルギー 635 タンパク 23.9 脂質 15.4 炭水化物 98.7 カルシウム 169 食塩相当量 3.2	エネルギー 551 タンパク 21.8 脂質 11.5 炭水化物 90.4 カルシウム 89 食塩相当量 2.7	エネルギー 638 タンパク 25.4 脂質 24.8 炭水化物 77.4 カルシウム 130 食塩相当量 3
夕食	御飯 牛肉のスタミナ炒め 高野の煮物 オクラのポン酢和え 味噌汁 	御飯 豚の角煮 蒸しシュウマイ ふきのおかか和え 味噌汁 	御飯 さばの味噌煮 添え(白ねぎ・人参) ビーフン炒め かぶの汐昆布和え 清汁 	御飯 豚肉の柳川風 ちくわの煮物 オクラのなめたけ和え 清汁 	御飯 鶏のもろみ味噌焼き 添え(いんげん・エリンギ) さつま芋のレモン煮 白菜のドレ和え けんちん汁 	御飯 鮭のムニエル 添え(ポテト・人参) 小松菜の煮浸し レタスサラダ コンソメスープ 	御飯 ホイコーロー 焼き餃子 チンゲンサイの中華和え 中華スープ 
	エネルギー 490 タンパク 23.8 脂質 9.9 炭水化物 78.1 カルシウム 176 食塩相当量 2.6	エネルギー 720 タンパク 23.8 脂質 27.6 炭水化物 90.1 カルシウム 121 食塩相当量 4.1	エネルギー 535 タンパク 20.9 脂質 14.9 炭水化物 77 カルシウム 55 食塩相当量 2.9	エネルギー 565 タンパク 25.3 脂質 16 炭水化物 80 カルシウム 116 食塩相当量 2.8	エネルギー 647 タンパク 23 脂質 19.3 炭水化物 96 カルシウム 91 食塩相当量 1.9	エネルギー 675 タンパク 21.2 脂質 29.4 炭水化物 79.4 カルシウム 143 食塩相当量 2.3	エネルギー 633 タンパク 21.8 脂質 23.6 炭水化物 80.9 カルシウム 109 食塩相当量 2.4
合計	エネルギー 1650 タンパク 66.6 脂質 56.6 炭水化物 216.6 カルシウム 681 食塩相当量 9.4	エネルギー 1551 タンパク 54.9 脂質 48.4 炭水化物 219.1 カルシウム 325 食塩相当量 9.3	エネルギー 1614 タンパク 57.5 脂質 58.8 炭水化物 211.4 カルシウム 425 食塩相当量 8	エネルギー 1522 タンパク 54.6 脂質 40.8 炭水化物 236.3 カルシウム 275 食塩相当量 7.8	エネルギー 1708 タンパク 59.5 脂質 44.7 炭水化物 264.8 カルシウム 469 食塩相当量 6.6	エネルギー 1539 タンパク 52.6 脂質 48.7 炭水化物 220.2 カルシウム 248 食塩相当量 6.1	エネルギー 1552 タンパク 57 脂質 52.5 炭水化物 208.9 カルシウム 254 食塩相当量 7

※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。

令和8年6月 花咲池田献立表

	6月28日(日)	6月29日(月)	6月30日(火)	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)
朝食	ミニ抹茶ツイスト マカロニサラダ 牛乳 果物 	白粥 漬物 厚揚げ煮 果物 味噌汁 	食パン マーガリン アスパラのドレ和え コーヒー牛乳 ヨーグルト 	白粥 漬物 だし巻きたまご 果物 	食パン ジャム スープ煮 コーヒー牛乳 りんご缶のヨーグルト和え	白粥 漬物 大根菜のツナ煮 果物	茶粥 漬物 小松菜の炒め煮 青りんごゼリー
	エネルギー 481 タンパク 12.8 脂質 22.9 炭水化物 54.2 カルシウム 258 食塩相当量 1.3	エネルギー 364 タンパク 11.9 脂質 7.9 炭水化物 61.4 カルシウム 177 食塩相当量 2	エネルギー 442 タンパク 12.2 脂質 17.4 炭水化物 57.6 カルシウム 207 食塩相当量 1.5	エネルギー 296 タンパク 10.7 脂質 6 炭水化物 51.5 カルシウム 38 食塩相当量 1.1	エネルギー 419 タンパク 12.2 脂質 9.7 炭水化物 68.8 カルシウム 207 食塩相当量 1.8	エネルギー 286 タンパク 8.1 脂質 5.4 炭水化物 51.8 カルシウム 117 食塩相当量 0.9	エネルギー 317 タンパク 5.8 脂質 4 炭水化物 65.3 カルシウム 96 食塩相当量 1.3
昼食	ちらし寿司 五目大豆煮 ほうれん草のごま和え 清汁 	御飯 太刀魚の塩焼き 添え(おろし・レモン) 里芋煮 大根菜の和え物 清汁 	御飯 豚肉のねぎソース 添え(ししとう・かぼちゃ) たけのこの炒め煮 オクラと長芋の青じそドレ和え 味噌汁 	赤飯 さわらの磯辺焼き 添え(オクラ・しめじ) れんこん炒め キャベツの甘酢和え 赤だし 	おにぎり 冷やし山菜とろろそば 卵の花 いちごゼリー 	夏野菜のカレー 添え(福神漬) 大豆サラダ 果物 	御飯 トンカツ 添え(キャベツ) きざみ昆布の炒り煮 ほうれん草のポン酢和え 味噌汁 
	エネルギー 432 タンパク 17.9 脂質 6.2 炭水化物 77.2 カルシウム 117 食塩相当量 3.5	エネルギー 512 タンパク 18.4 脂質 16.8 炭水化物 71 カルシウム 159 食塩相当量 2	エネルギー 608 タンパク 22.9 脂質 21.1 炭水化物 80.9 カルシウム 110 食塩相当量 2.8	エネルギー 601 タンパク 25.3 脂質 14.3 炭水化物 91.9 カルシウム 109 食塩相当量 3.4	エネルギー 579 タンパク 16.9 脂質 10.5 炭水化物 104.3 カルシウム 84 食塩相当量 3.8	エネルギー 620 タンパク 21.4 脂質 19.7 炭水化物 91.5 カルシウム 88 食塩相当量 2.8	エネルギー 600 タンパク 18.6 脂質 19.8 炭水化物 87.4 カルシウム 96 食塩相当量 3.7
夕食	御飯 すき煮風 小松菜の炒め物 もやしの和え物 味噌汁 	御飯 ハンバーグ  添え(グラッセ) とうがんの洋風煮 ひじきのサラダ コンソメスープ	御飯 クリームシチュー ほうれん草ソテー カリフラワーサラダ プリン(手作り) 	御飯 牛肉のしぐれ煮 じゃこピーマン さつま芋のごま和え 味噌汁 	御飯 豚肉の味噌炒め じゃがいも煮 なす生姜醤油和え 清汁 	御飯 チキンピカタ 添え(ブロッコリー) アスパラベーコン マカロニサラダ コンソメスープ 	御飯 鮭の幽庵焼き 添え(いんげん・白ねぎ) がんと煮 里芋のずんだ和え 清汁 
	エネルギー 553 タンパク 27.8 脂質 13.2 炭水化物 80.3 カルシウム 215 食塩相当量 2.8	エネルギー 645 タンパク 21.3 脂質 27.3 炭水化物 79.8 カルシウム 85 食塩相当量 2.9	エネルギー 695 タンパク 26.3 脂質 21.9 炭水化物 101.7 カルシウム 123 食塩相当量 3	エネルギー 516 タンパク 19.1 脂質 9.9 炭水化物 88.7 カルシウム 117 食塩相当量 2.8	エネルギー 643 タンパク 22.1 脂質 24.1 炭水化物 84.6 カルシウム 58 食塩相当量 2.8	エネルギー 693 タンパク 26.8 脂質 29.3 炭水化物 79.3 カルシウム 56 食塩相当量 2	エネルギー 604 タンパク 26.6 脂質 18.2 炭水化物 80.6 カルシウム 64 食塩相当量 2.7
合計	エネルギー 1466 タンパク 58.5 脂質 42.3 炭水化物 211.7 カルシウム 590 食塩相当量 7.6	エネルギー 1521 タンパク 51.6 脂質 52 炭水化物 212.2 カルシウム 421 食塩相当量 6.9	エネルギー 1745 タンパク 61.4 脂質 60.4 炭水化物 240.2 カルシウム 440 食塩相当量 7.3	エネルギー 1413 タンパク 55.1 脂質 30.2 炭水化物 232.1 カルシウム 264 食塩相当量 7.3	エネルギー 1641 タンパク 51.2 脂質 44.3 炭水化物 257.7 カルシウム 349 食塩相当量 8.4	エネルギー 1599 タンパク 56.3 脂質 54.4 炭水化物 222.6 カルシウム 261 食塩相当量 5.7	エネルギー 1521 タンパク 51 脂質 42 炭水化物 233.3 カルシウム 256 食塩相当量 7.7

※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。