



ひづけ 日付	6月27日 (日)	6月28日 (月)	6月29日 (火)	6月30日 (水)	7月1日 (木)	7月2日 (金)	7月3日 (土)
あさ 朝	ショク 食パン りんごジャム カボチャ 南瓜のチーズ焼き コーンクリームスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜のくずあんかけ おろし納豆 味噌汁 (キャベツ) カップ漬け ギョウニユウ 牛乳	コッペパン マカロニサラダ パンプキンスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ヤサイイタ 野菜炒め キントキマメ アマニ 金時豆の甘煮 味噌汁 (チンゲン菜) ウメ 梅びしお ギョウニユウ 牛乳	クリームパン ウインナーの玉子とじ ヘルシーサラダ ギョウニユウ 牛乳 	ベイハン 米飯 ししゃも レンコン ユズコショウイタ 蓮根の柚子胡椒炒め 味噌汁 (春菊) しば漬け ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン ピーナッツマーガリン チリコンカン ペイザンヌスープ ギョウニユウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 ギョウニク 牛肉とヤングコーンの ジャポネソテー コマツナ カマボコ ア モノ 小松菜と蒲鉾の和え物 味噌汁 (豆腐・わかめ) ミルクムース	ベイハン 米飯 シロミサカナ 白身魚のコーンマヨ焼き ツケ 付) パプリカと茸の ソテー キュウリ 胡瓜とささみの 梅肉和え 味噌汁 (大根葉) ふりかけ (たらこ)	キーマカレー なつやさい 夏野菜のせ キャベツとコーンの サラダ レタススープ フルーツヨーグルト 	ベイハン 米飯 ポークピカタ ツケ 付) マッシュポテト ナス アズ 茄子のポン酢和え ワンタンスープ ピーチゼリー	ミニ牛丼  ぶっかけ山かけうどん 竹輪の磯辺揚げ くだもの (オレンジ) 	ベイハン 米飯 エビ 海老フライ & コロック ツケ 付) スパゲッティ ナポリタン アボカドのサラダ 味噌汁 (厚揚げ) アオ 青りんごゼリー	ベイハン 米飯 ハッシュドポーク ツケ 付) ほうれん草ソテー 豆腐 豆腐サラダ ビシソワーズ
ゆう 夕	ベイハン 米飯 オホバ ひじきと大葉の ふわふわつくね ツケ 付) 菜の花ソテー オクラのおかか和え ス 清まし汁 (巻き麩) べったら漬け	ベイハン 米飯 ブタニク ゴマミンイタ 豚肉の胡麻味噌炒め もやしとわかめの三杯酢 トリ トウミョウ 鶏と豆苗のスープ くだもの (バナナ)	ベイハン 米飯 アカウオ ニツ 赤魚の煮付け ツケ 付) 花人参とがんも ハクサイ サクラ ア モノ 白菜と桜エビの和え物 味噌汁 (大根) しそ昆布	ベイハン 米飯 トウフ 豆腐ステーキ (中華あん) ハルサメ 春雨とベーコンの 炒め物 シュンギク シラスア 春菊の白子和え 味噌汁 (おつゆ麩)	ベイハン 米飯 サバ ネギゴマ 鯖の葱胡麻しょう油焼き ツケ 付) 筍と人参の金平 サトイモ 里芋のそぼろ煮 味噌汁 (オクラ) 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 トリニク フウ 鶏肉のピザ風グリル ツケ 付) カリフラワーの ソテー チンゲンサイ ア 青梗菜のごま和え 味噌汁 (里芋) ふりかけ (かつお)	ベイハン ショウ 米飯 (小) オム焼きそば 焼き茄子 味噌汁 (巻き麩) くだもの (黄桃缶) 
せいぶん 成分	I補* - 1855 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.8 g ししつ 脂質 54.4 g えんぶん 塩分 8.8 g	I補* - 1773 kcal たんぱくしつ 蛋白質 76.6 g ししつ 脂質 44.5 g えんぶん 塩分 7.9 g	I補* - 1750 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.4 g ししつ 脂質 45.0 g えんぶん 塩分 9.6 g	I補* - 1882 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.2 g ししつ 脂質 53.3 g えんぶん 塩分 7.6 g	I補* - 1833 kcal たんぱくしつ 蛋白質 74.1 g ししつ 脂質 58.3 g えんぶん 塩分 7.1 g	I補* - 1880 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.7 g ししつ 脂質 57.3 g えんぶん 塩分 8.6 g	I補* - 1896 kcal たんぱくしつ 蛋白質 83.7 g ししつ 脂質 51.3 g えんぶん 塩分 8.2 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。