



ひづけ 日付	5月29日 (日)	5月30日 (月)	5月31日 (火)	6月1日 (水)	6月2日 (木)	6月3日 (金)	6月4日 (土)
あき 朝	ショク 食パン チョコクリーム ヘルシーサラダ ヨーグルト ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 けんちん煮 いんげんの辛子マヨ和え ミソ汁 (おつゆ麩) ふりかけ (かつお) ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン マーレードジャム メダマヤ 目玉焼き ほうれん草と ウィンナーのソテー ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ゴボウと角天の炒め物 チンゲンサイ ゴマア 青梗菜の胡麻和え ミソ汁 (茄子) ウメゴ 梅干し ギュウニユウ 牛乳	クリームパン チリコンカン パンプキンスープ ギュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 カボチャの煮物 めかぶ納豆 ミソ汁 (春菊) カッパ漬 ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン いちごジャム ポテトサラダ フルーチェ (オレンジ) カフェオレ
ひる 昼	ゴモク 五目チャーハン ツナじゃが 海苔いっぱいスープ くだもの (メロン) 	ベイハン 米飯 トリモモニク 鶏もも肉の イタリアンステーキ 付) アスパラソテー 付) 三色マカロニ キャベツと カニカマのサラダ コロコロ野菜の コンソメスープ	ベイハン 米飯 ホイコク肉 菜の花のサラダ きのこ揚げのスープ カルピスゼリー 	ナメシ 菜飯 ニク 肉そば ゴーヤーチャンプルー くだもの (パイ) 	ベイハン 米飯 ホキのマスタード焼き 付) ベーコンと スッキーニのソテー スパゲティサラダ ワカメと豆腐のスープ ふりかけ (野菜)	キーマカレー フクジンツ 福神漬 グリーンサラダ ヨーグルトババロア 	ベイハン 米飯 とり天 付) 茄子 付) ししとう 焼きビーフン ほうれん草と マイタケ ア 舞茸の和え物
ゆう 夕	ベイハン 米飯 カップラーメン (チキンラーメン) 揚げ餃子 コンサイ 根菜マリネ タカナツ 高菜漬	ベイハン 米飯 サバ テ 鯖の照り煮 付) 厚揚げ キュウリ 胡瓜のおろし和え ス 清まし汁 (巻き麩) しそ昆布	とうもろこしご飯 トウフ 豆腐しんじょうの ヤサイ 野菜あんかけ サトイモ 里芋のそぼろ煮 もやしのナムル ベったら漬	ベイハン 米飯 シロミサカナ ユウアンヤ 白身魚の幽庵焼き 付) 筍の金平 ナガイモ 長芋ともずくの和え物 ミソ汁 (なめこ) ナワナツ 野沢菜漬	ベイハン 米飯 ブタニク ナス 豚肉と茄子のキムチ炒め コマツナ 小松菜としらたきの ゴマ 胡麻サラダ ミソ汁 (厚揚げ) くだもの (バナナ)	ベイハン 米飯 シロミサカナ チョウカン 白身魚のえのき中華蒸し キリボンダイコン 切干大根と ミズナ ユズア 水菜の柚子和え ミソ汁 (もやし・にら) ふりかけ (たらこ)	ベイハン 米飯 タカラアサギ 宝袋煮 付) トウガン 冬瓜の煮物 シュンギク タケア 春菊のなめ草和え ミソ汁 (白菜) たくあん漬
せいぶん 成分	I補* - 1892 kcal たんぱくしつ 蛋白質 63.3 g ししつ 脂質 43.9 g えんぶん 塩分 6.6 g	I補* - 1803 kcal たんぱくしつ 蛋白質 74.2 g ししつ 脂質 64.8 g えんぶん 塩分 9.4 g	I補* - 1773 kcal たんぱくしつ 蛋白質 80.9 g ししつ 脂質 51.7 g えんぶん 塩分 7.0 g	I補* - 1773 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.9 g ししつ 脂質 46.3 g えんぶん 塩分 8.5 g	I補* - 1807 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.4 g ししつ 脂質 68.1 g えんぶん 塩分 8.7 g	I補* - 1763 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.0 g ししつ 脂質 51.3 g えんぶん 塩分 9.9 g	I補* - 1860 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.8 g ししつ 脂質 57.8 g えんぶん 塩分 8.5 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。