



れもんちゃん しゅうかんこんだてひょう 週間献立表 れもんちゃん

ひつけ 日付	6月1日 (日)	6月2日 (月)	6月3日 (火)	6月4日 (水)	6月5日 (木)	6月6日 (金)	6月7日 (土)
あさ 朝	ホットケーキ マーガリン ポテトサラダ ヨーグルト 牛乳 	米飯 厚焼き玉子 大根葉のごま油炒め 味噌汁 (じゃが芋) 一食のり佃煮 牛乳	食パン マーマレードジャム スナップエンドウと ベーコンの炒め物 くだもの (フルーツカクテル) 牛乳	米飯 山芋とろろ いんげんの金平 味噌汁 (小松菜) 牛乳	食パン イチゴジャム ヘルシーサラダ コーンスープ 牛乳	米飯 大根のくず煮 梅納豆 味噌汁 (さつま芋) 牛乳	ロールパンと 黒糖ロール オムレツ カリフラワーの ソテー 牛乳
ひる 昼	米飯 松風焼き ほうれん草のソテー もずくと胡瓜の酢の物 清まし汁 (ハンペン) 野沢菜漬け	シオコンブとツナの炊き込み ご飯 ぶっかけねぎ豚だれ うどん 春菊のおかか和え 	米飯 鶏のシオれもん唐揚げ 干切りキャベツ 糸コンと筍のおかか炒め 味噌汁 (なす)	菜飯 皿うどん 蒸しシュウマイ パインゼリー 	米飯 白身魚の博多焼き 筍の金平 ふきの信田煮 味噌汁 (豆腐・わかめ)	キーマカレー 福神漬 じゃこと水菜のサラダ コーヒーゼリー 	米飯 鶏肉のタルタル焼き 付) スッキーニの ソテー 白菜のコールスロー サラダ チキンボールと野菜の スープ ふりかけ (おかか)
ゆう 夕	米飯 豚肉とヤングコーンの ジャポネソテー 付) パセリマカロニ いんげんのツナ和え 味噌汁 (オクラ) ふりかけ (のりごま)	米飯 若鶏のカチャトーラ 付) フロッコリー 里芋とハムのサラダ オニオンスープ ふりかけ (さけ)	米飯 カレーのピリ辛 照り煮 付) かぶの煮物 菜の花の辛子和え 味噌汁 (大根) しそ昆布	米飯 豚ロースの柚子味噌焼き 付) ピーマンのピリ辛 炒め 人参しりしり すまし汁 (巻き麩)	米飯 親子煮 南瓜の煮物 胡瓜と桜エビの和え物 くだもの (みかん缶)	米飯 あっさり肉豆腐 ほうれん草の 胡麻和え 味噌汁 (玉葱) ふりかけ (たまご) 	米飯 ミックスフライ 付) スパゲッティ 彩りサラダ 味噌汁 (菜の花) 高菜漬け
せいぶん 成分	I補材 - 1680 kcal たんぱく質 70.7 g 脂質 47.9 g 塩分 7.6 g	I補材 - 1615 kcal たんぱく質 68.5 g 脂質 47.5 g 塩分 8.6 g	I補材 - 1639 kcal たんぱく質 77.0 g 脂質 44.1 g 塩分 8.0 g	I補材 - 1707 kcal たんぱく質 73.8 g 脂質 49.5 g 塩分 6.8 g	I補材 - 1769 kcal たんぱく質 75.6 g 脂質 54.1 g 塩分 8.3 g	I補材 - 1742 kcal たんぱく質 73.2 g 脂質 49.7 g 塩分 9.8 g	I補材 - 1813 kcal たんぱく質 69.5 g 脂質 74.8 g 塩分 9.1 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。