

ひづけ 日付	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)
あさ 朝	ベイハン 米飯 イ ^{ドウフ} 炒り豆腐 なめ ^{タケア} 茸和え 味噌汁 (チンゲン菜) 一食 ^{イッショク} たいみそ 牛乳 ^{ギウニュウ}	ショク 食パン チョコクリーム ほうれん草 ^{ソウ} のミルク煮 ^ニ くだもの (バナナ) 牛乳 ^{ギウニュウ}	ベイハン 米飯 ナス ^{ニモノ} 茄子の煮物 めかぶ ^{ナットウ} 納豆 味噌汁 (さといも) カップ ^ツ 漬け 牛乳 ^{ギウニュウ}	メロンパン メダマヤ 目玉焼き スナップえんどうソテー ヨーグルト 牛乳	ベイハン 米飯 ししゃも ツ 突きこんの金平 ^{キンピラ} 味噌汁 (おくら) ウメボ 梅干し 牛乳 ^{ギウニュウ}	ベイハン 米飯 レンコンの柚子胡椒炒め ^{ユズコショウイタ} キャベツのツナ和え ^ア 味噌汁 (チンゲン菜) つぼ ^ツ 漬け 牛乳 ^{ギウニュウ}	ロールパンと 黒糖 ^{コクトウ} ロール スパゲッティサラダ チリコンカン 牛乳 ^{ギウニュウ}
ひる 昼	べいはん 米飯 フタニク ^{オオバ} イタ 豚肉の大葉炒め ダイコン 大根とカニカマの 胡麻和え ^{ゴマア} 葱塩スープ ^{ネギシオ} シュークリーム	ベイハン 米飯 トリニク ^ヤ 鶏肉のはちみつ焼き ツケ 付) パプリカと 茸 ^{キノコ} のソテー ブロッコリーと えびの玉子 ^{タマゴ} サラダ 味噌汁 (キャベツ) ふりかけ (さけ)	わかめ ^{ハン} ご飯 グダクサン 具沢山ちゃんぽん 焼き餃子 ^{ギョウザ} 白菜とハムの 香り ^{カオ} 酢 ^{スノモノ} の物 	べいはん 米飯 テ 手ごねハンバーグ (ジャポネソース) ツケ 付) スパゲッティと アスパラガスのソテー もやしと豆苗 ^{トウモロコシ} ナムル 味噌汁 (おつゆ ^ア 麩) カルピスゼリー	テンシンハン 天津飯 バンバンジー和え ^ア 味噌汁 (厚揚げ) ^{ミンシル アツア} くだもの (パイナップル) アスパラガスのソテー もやしと豆苗 ^{トウモロコシ} ナムル 味噌汁 (おつゆ ^ア 麩) カルピスゼリー	ベイハン 米飯 サーモンムニエル (グリーンソース) ツケ 付) ヤングコーン ツケ ニンジン 付) 人参グラッセ ポテトサラダ ジュリアンスープ ふりかけ (野菜) ^{ヤサイ}	ハヤシライス サウザンサラダ オニオンスープ くだもの (オレンジ) 
ゆう 夕	べいはん 米飯 シロミサカナ ^{ユウアンヤ} 白身魚の幽庵焼き ツケ アツヤ ^{タマゴ} 付) 厚焼き玉子と 花 ^{ハナニンジン} 人参 ひじきの煮物 ^{ニモノ} 味噌汁 (もやし・ニラ) くだもの (黄桃 ^{オウトウカン} 缶)	やぶた 焼き豚とレタスの チャーハン たたき ^{キュウリ} 胡瓜の 中華風 ^{チュウカフウア} 和え物 ^{モノ} アスパラのスープ くだもの (みかん ^{カン} 缶)	ベイハン 米飯 ニク ^{ニク} トウフ ^{トウフ} あっさり肉豆腐 いんげんのからし和え ^ア 清まし汁 (みょうが) ^{シル} ふりかけ (梅) ^{ウメ}	ベイハン 米飯 ホキのおろし煮 ^ニ ツケ サイ ^{サイ} ミ ^ミ カイ ^{カイ} 付) 里芋と貝割れ ハルサメ 春雨のエスニックサラダ 味噌汁 (わかめ) しば ^ツ 漬け	ベイハン (ショウ) 米飯 (小) シオヤ 塩焼きそば 菜の花と白子の和え物 ^ア たこ ^ヤ 焼き 味噌汁 (ナス) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 ミックスフライ ツケ ヤサイ 付) 野菜サラダ 切干大根の煮物 そうめん汁 (冷) ^{シル レイ} ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 ホイコウロウ 回鍋肉 キュウリ 胡瓜とクラゲの和え物 ^ア わかめスープ べっ ^ツ たら漬け 
せいぶん 成分	I補 ^ギ - 1737 kcal たんぱく ^ク 76.7 g 脂質 37.9 g えんぶん 8.7 g	I補 ^ギ - 1750 kcal たんぱく ^ク 64.3 g 脂質 53.3 g えんぶん 7.5 g	I補 ^ギ - 1864 kcal たんぱく ^ク 78.3 g 脂質 42.1 g えんぶん 8.9 g	I補 ^ギ - 1754 kcal たんぱく ^ク 76.2 g 脂質 44.8 g えんぶん 6.7 g	I補 ^ギ - 1784 kcal たんぱく ^ク 73.6 g 脂質 44.0 g えんぶん 9.6 g	I補 ^ギ - 1848 kcal たんぱく ^ク 59.0 g 脂質 51.3 g えんぶん 8.5 g	I補 ^ギ - 1891 kcal たんぱく ^ク 63.9 g 脂質 75.7 g えんぶん 7.1 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。