



週間献立予定表



	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)
風食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	エビピラフ	ごはん
	赤魚の煮付け	タンドリーチキン	海老カツ	茄子と青梗菜と豚肉の炒め物	コンビーフオムレツ	鶏肉の南部焼き
	白菜と油揚げのお浸し	自家製ドレッシングサラダ	ゴボウサラダ	ハンサンスー 伴三絲	キャベツとツナのからしマヨ和え	白酢和え
	高菜漬け	かつお茸	たくあん	味付けメンマ	赤しその実漬け	白花豆
	みそ汁 (里芋、いんげん)	白菜の洋風スープ	みそ汁 (しじみ、ネギ)	中華スープ (なると、たけのこ)	もやしとベーコンのスープ	みそ汁 (わかめ、じゃがいも)
	エネルギー 366 たんぱく質 18.8	エネルギー 461 たんぱく質 22.0	エネルギー 483 たんぱく質 14.8	エネルギー 451 たんぱく質 19.9	エネルギー 444 たんぱく質 22.7	エネルギー 481 たんぱく質 20.6
脂質 5.4 食塩 2.7	脂質 14.7 食塩 3.0	脂質 15.8 食塩 2.5	脂質 16.7 食塩 3.4	脂質 16.9 食塩 3.5	脂質 14.5 食塩 2.7	
おやつ	もみじまんじゅう	バナナオムレット	いちごサブレ	きなこプリン	ドーナツ	あじさいゼリー
	エネルギー 120 たんぱく質 1.5	エネルギー 84 たんぱく質 1.3	エネルギー 120 たんぱく質 1.5	エネルギー 74 たんぱく質 1.2	エネルギー 104 たんぱく質 1.7	エネルギー 121 たんぱく質 2.8
	脂質 5.2 食塩 0.0	脂質 3.1 食塩 0.0	脂質 5.2 食塩 0.0	脂質 4.8 食塩 0.0	脂質 5.4 食塩 0.1	脂質 1.8 食塩 0.0

材料の仕入れ状況により、献立が変わる事がございます。予めご了承ください。

