



週間献立予定表



	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)
昼食	ごはん 鶏肉の柚子胡椒照り焼き	ごはん 銀ひらすのガーリックソテー トマトソース	ごはん 松風焼き	穴子と茗荷のごはん はもと野菜の天ぷら	ごはん 赤魚の照り焼き	ごはん バンバンジー 棒棒鶏
	おかひじきの胡麻和え	ミモザサラダ	きゅうりと穴子の酢の物	ささみの蓼酢おろし和え	小松菜の芥子和え	茄子のえびそぼろあんかけ
	かつお茸	しば漬け	白花豆	うずら豆	昆布の佃煮	野沢菜漬け
	みそ汁(大根、わかめ)	コーンスープ	みそ汁(里芋、いんげん)	みそ汁(なめこ、豆腐)	みそ汁(厚揚げ、大根)	ワンタンスープ
	エネルギー 422 たんぱく質 19.1	エネルギー 464 たんぱく質 21.6	エネルギー 484 たんぱく質 21.4	エネルギー 453 たんぱく質 18.6	エネルギー 400 たんぱく質 22.2	エネルギー 484 たんぱく質 24.9
	脂質 11.7 食塩 2.7	脂質 14.8 食塩 2.3	脂質 13.0 食塩 2.3	脂質 11.4 食塩 3.3	脂質 7.9 食塩 3.1	脂質 16.8 食塩 3.2
おやつ	あんドーナツ	紅茶ムース	バナナカステラ	さつまいもまんじゅう	レモンケーキ	あずきパイ
	エネルギー 95 たんぱく質 1.5	エネルギー 92 たんぱく質 1.3	エネルギー 134 たんぱく質 2.3	エネルギー 104 たんぱく質 1.5	エネルギー 120 たんぱく質 1.4	エネルギー 74 たんぱく質 1.1
	脂質 3.6 食塩 0.0	脂質 6.5 食塩 0.0	脂質 2.7 食塩 0.1	脂質 1.7 食塩 0.0	脂質 7.6 食塩 0.1	脂質 3.2 食塩 0.1

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。

