

週間献立表

	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)	6月8日(日)
朝	ごはん 鮭のポテト焼き 納豆 冷奴 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) バナナ 牛乳	ごはん ししゃもフライ 目玉焼き 納豆 からし菜炒め そうめん汁 オレンジ 牛乳	ごはん ポークたまご 納豆 ほうれん草のしらす和え みそ汁(へちま/ねぎ) バナナ 牛乳	ホットドック(ツナポテトサラダ) 豆苗の卵焼き コールスローサラダ 中華風レタススープ ヨーグルト和え 牛乳	ごはん 魚のホイル焼き 納豆 なすの煮びたし 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) オレンジ 牛乳	ごはん 赤魚の煮付け 納豆 ほうれん草としめじのお浸し そうめん汁 オレンジ 牛乳	ごはん グルクンのネギソースかけ ブロッコリーと卵のサラダ トマトのスープ バナナ 牛乳
昼	みそラーメン 春巻き フルーツポンチ	オムライス じゃがバターベーコン ベビーリーフサラダ オニオンスープ スイカ	親子丼 胡瓜の酢の物 なめこ汁 りんごジュース	ごはん タンドリーチキン ポパイバター炒め 中華風冷ややっこ 鶏肉と野菜のスープ アイスクリーム	タコライス 目玉焼き シルバーサラダ 五目中華スープ キウイ	ごはん チキンの照り焼き ゆで卵 ブロッコリーのカレー炒め 人参しりしりー 竹輪のチーズ磯辺揚げ パインジュース	ごはん 梅干し 鶏の唐揚げ 厚焼き卵 小松菜と油揚げの味噌汁 いんげんの炒め ほうれん草とひじきの鉄分強化サラダ
夕	ごはん チキンのチーズ照り焼き かんぴょうイリチー 大根サラダ かきたまうどん汁 グレープゼリー	ごはん 鶏肉のおろしポン酢 アスパラいかバター炒め 白菜と小松菜のごまサラダ ソーキ汁 シークワサーゼリー	コーンご飯 ビーフシチュー エビフライ ブロッコリーのサラダ マンゴー	ごはん ホキの梅みそ焼き 肉だんごと冬瓜の煮物 豚しゃぶサラダ もずく入りキムチスープ パイン	ごはん チキンソテーきのこクリームソース ポテトフライ パクチョイ炒め ベビーリーフサラダ 具たくさんコンソメスープ りんご	ごはん 麻婆豆腐 はんぺんの揚げないチーズフライ 鶏ささみと青菜のスープ春雨 アセロラゼリー	ごはん ハヤシライス 鶏団子と白菜のスープ トマトのチーズ焼き カプレーゼサラダ りんご
栄養成分	エネルギー 3869 kcal たんぱく質 191.5 g 脂質 89.9 g 食塩相当量 14.1 g	エネルギー 4326 kcal たんぱく質 211.4 g 脂質 123.9 g 食塩相当量 14.2 g	エネルギー 4332 kcal たんぱく質 201.5 g 脂質 118.1 g 食塩相当量 9.9 g	エネルギー 4237 kcal たんぱく質 213.2 g 脂質 124.8 g 食塩相当量 16.8 g	エネルギー 4263 kcal たんぱく質 201.7 g 脂質 128.6 g 食塩相当量 10 g	エネルギー 4071 kcal たんぱく質 193.5 g 脂質 104.2 g 食塩相当量 12.8 g	エネルギー 4117 kcal たんぱく質 179.7 g 脂質 119 g 食塩相当量 13.3 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わる事があります。