



週間献立表 <<常食>>

	5	6	7	8	9	10	11
朝食	<<共通料理>> ひじきと豆のサラダ 牛乳 ～和食～ たまご雑炊 フルーツ缶 ～洋食～ 食パン コーンスープ	<<共通料理>> 野菜炒め 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ ロールパン ポパイスープ	<<共通料理>> おからサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛みそ ～洋食～ 食パン コンソメスープ	<<共通料理>> オムレツ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン ポタージュスープ	<<共通料理>> ｶﾞﾌﾞﾌﾞｰのﾏﾘﾈ 牛乳 ～和食～  ご飯 味噌汁 のり佃煮 ～洋食～ ロールパン 大根スープ	<<共通料理>> ラタトゥイユ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 ふりかけ ～洋食～ 食パン ポパイスープ	<<共通料理>> 人参のツナサラダ 牛乳 ～和食～ ご飯 味噌汁 鯛みそ ～洋食～ ロールパン 白菜スープ
昼食	ご飯 お吸い物 鰯の梅味噌焼き 冬瓜の冷やし鉢 プリン 	ご飯 味噌汁 豚肉のオyster炒め 茄子の含め煮 もやしの辛子和え	<div style="background-color: #4a7ebb; color: white; text-align: center; padding: 2px;">七夕</div> <div style="background-color: #e91e63; color: white; text-align: center; padding: 2px;">🍱お寿司の日🍱</div> 七夕散らし寿司 赤だし あんかけ枝豆腐 すいか	雑穀ごはん お吸い物 ｸﾞの茗荷味噌焼き キャベツの酢の物 ほうじ茶プリン	和風ガパオ丼 味噌汁 ｷﾞﾞﾞのおかか和え オレンジゼリー	ご飯 味噌汁 蒸し鶏のﾊﾝﾊﾞﾝｼﾞｰ ブロッコリー汁 ｻﾞﾝゼリー	にしんの炊込みご飯 味噌汁 おろし豆腐ハンバーグ 春雨サラダ ピーチムース
夕食	ご飯 中華スープ かに玉 しゅうまい 春雨和風サラダ	ご飯 お吸い物 タラの煮つけ 大根の胡麻和え 金時煮豆	ご飯 味噌汁 肉豆腐 蓮根の味噌炒め フルーツ缶	ご飯 味噌汁 豚肉の塩こうじ炒め もやしの和え物 フルーツ缶	ご飯 味噌汁 豆腐の和風あんかけ 春雨の酢の物 マンゴー缶	ご飯 味噌汁 鰯の塩焼き 人参と枝豆の白和え 金時豆煮	ご飯 たまごスープ 点心盛り合わせ ピーマン汁和え たくあん
栄養価	1610 kcal/塩分 6.8 g	1561 kcal/塩分 6.6 g	1597 kcal/塩分 7.6 g	1589 kcal/塩分 6.4 g	1625 kcal/塩分 6.8 g	1587 kcal/塩分 7.1 g	1587 kcal/塩分 7.1 g

食材の入荷状況によりやむを得ず献立変更となる場合があります。