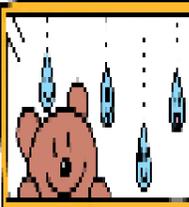


メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
6月11日(木) 	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 しその実漬【しその実ペースト】 牛乳 	御飯 ふくさ焼き 白菜の煮浸し 胡瓜の土佐和え フルーツヨーグルト	御飯 白身魚のごま焼【白身魚の風味焼】 ビーフソテー 小松菜の白和え しその実わかめ【ビワ缶】 
	エネルギー: 507 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 618 蛋白質: 26 脂質: 15 塩分相当量: 4	エネルギー: 579 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 5
6月12日(金)	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 ちりめん山椒【うめびしお】 牛乳	御飯 さばの味噌煮 スパゲティー キャベツのごま酢和え【キャベツの酢の物】 スイカ【アセロラゼリー】	御飯 鶏肉のパプリカ風味焼き 大根の煮物 卵豆腐 わかめの磯漬【たいみそ】
	エネルギー: 521 蛋白質: 19 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 628 蛋白質: 26 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 586 蛋白質: 25 脂質: 18 塩分相当量: 3
6月13日(土) 	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【白菜の煮物】 しば漬【ふりかけ】 牛乳	御飯 牛肉と野菜の炒めもの さつまいものミルク煮 胡瓜の利久あえ 昆布ちりめん【パインゼリー】	御飯 鮭のゆかり焼き ほうれん草ソテー ポテトたらこマヨネーズあえ のり佃煮 
	エネルギー: 478 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 666 蛋白質: 22 脂質: 18 塩分相当量: 2	エネルギー: 588 蛋白質: 27 脂質: 16 塩分相当量: 3
6月14日(日) 	デニッシュパン コンソメスープ ツナサラダ だいたいムース【オレンジゼリー】 牛乳	御飯 カラスカレイのトマトソースかけ 春雨の中華炒め 大根サラダ 金時豆 	御飯 マーボー豆腐 金平ごぼう【里芋の煮物】 胡瓜の梅肉和え 刻み高菜【白桃缶】
	エネルギー: 519 蛋白質: 14 脂質: 22 塩分相当量: 2	エネルギー: 558 蛋白質: 25 脂質: 10 塩分相当量: 2	エネルギー: 578 蛋白質: 22 脂質: 15 塩分相当量: 3
6月15日(月) 	麦飯 味噌汁 ひじきの炒め煮 菊水漬【スパサラ】 牛乳	カレーライス 中華風スープ 胡瓜のナムル コーヒーゼリー 	御飯 白身魚の香味ソースかけ 五目煮豆 ブロッコリーのサラダ 子持ち昆布【キウイ】
	エネルギー: 492 蛋白質: 16 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 689 蛋白質: 19 脂質: 20 塩分相当量: 4	エネルギー: 532 蛋白質: 28 脂質: 10 塩分相当量: 3
6月16日(火) 	麦飯 味噌汁 卵焼き 福神漬(無着色)【うめびしお】 牛乳	御飯 ダルマダイの磯辺焼き うの花炒り【長芋の煮物】 ほうれん草ごま和え【ほうれん草和え物】 いちご蒸しケーキ【りんごゼリー】	御飯 豚しゃぶ 白菜のたらこ炒め もずくの酢の物【山芋とろろ】 うにくらげ【りんご】 
	エネルギー: 537 蛋白質: 20 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 655 蛋白質: 27 脂質: 16 塩分相当量: 2	エネルギー: 486 蛋白質: 21 脂質: 10 塩分相当量: 4
6月17日(水) 	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【切干大根の炒め煮】 のり豆【ビワ缶】 牛乳	御飯 鶏肉の照り焼き ふきの煮物【茄子の煮物】 春雨の酢の物 バナナ【バナナムース】 	御飯 鰯の焼き浸し かき卵汁 肉じゃが 桜漬【ゆずみそ】
	エネルギー: 524 蛋白質: 20 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 616 蛋白質: 20 脂質: 15 塩分相当量: 2	エネルギー: 529 蛋白質: 26 脂質: 8 塩分相当量: 4

*【 】内は軟菜食・ミキサー食・ソフト食の方の献立です。やむを得ず、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。