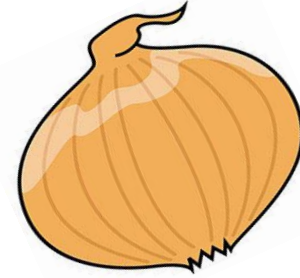
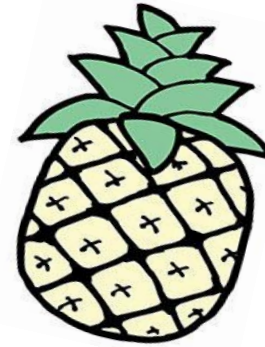
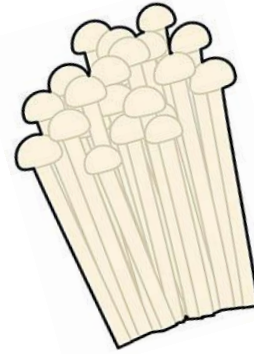
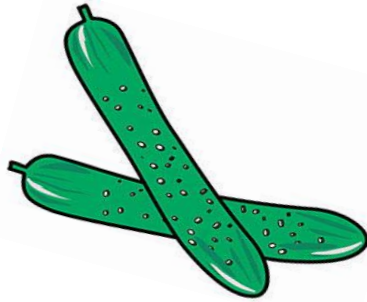
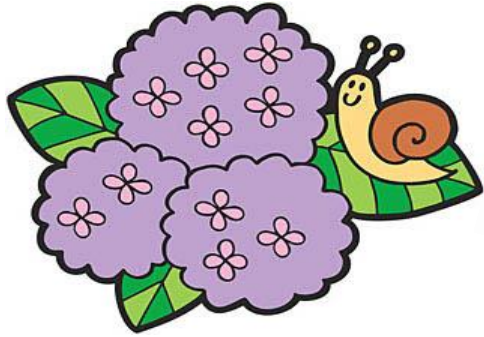


献立表



区分	06/09(日)	06/10(月)	06/11(火)	06/12(水)	06/13(木)	06/14(金)	06/15(土)
朝食	食パン コールスローサラダ 果物(バナナ) マーメイド 牛乳	ごはん 鮭の塩焼き 大根さっぱりサラダ のり佃煮 みそ汁	菓子パン ツナときゅうりのサラダ 果物(みかん) 牛乳	雑炊 人参ごぼうと里芋の白和え 漬物(たくあん) 牛乳	プチデニッシュ スペイン風バイクドエッグ 型抜きチーズ 果物(パイナップル) 牛乳	ごはん さんまの梅煮 納豆 梅干し みそ汁	ロールパン いんげんのサラダ 果物(マンゴー) アップルジャム 牛乳
昼食	ごはん 豚肉の塩炒め 大根と若布の酢味噌和え みそ汁 ソフール(ストロベリー)	タンメン 青梗菜のおかか和え 牛乳 ミニたい焼き	焼き肉丼 チョレギサラダ キムチスープ ヤクルト 果物(キウイ)	ちらし寿司 小松菜とえのきのお浸し すまし汁 お饅頭	ごはん 鶏肉のトマト煮 コーンサラダ クラムチャウダー ヤクルト 果物(オレンジ)	サラダうどん(めんつゆ) ほうれん草の白和え 牛乳 いちごのロールケーキ	サイコロステーキ丼 キャベツサラダ 洋風実だくさん汁 ソフール元気ヨーグルト
夕食	ごはん コロッケ (付け合わせ) モロヘイヤのごま和え みそ汁	ごはん さばの味噌煮 キャベツのなめ茸和え すまし汁	ごはん 豆腐の野菜あんかけ なすのひき肉炒め みそ汁	ごはん 酢豚 青梗菜の中華和え 中華スープ	ごはん 焼き魚(たちうお) 茄子含め煮 みそ汁	ごはん 鶏肉のハニーマスタード焼き (マカロニサラダ) さらさらサラダ コンソメスープ	ごはん 豚肉の山椒風味炒め 大根のそぼろ煮 みそ汁
合計	エ:1470kcal た:52.7g 脂:41.4g 塩:11.3g	エ:1476kcal た:72.9g 脂:35.1g 塩:12.2g	エ:1502kcal た:59.2g 脂:43.5g 塩:6.7g	エ:1496kcal た:57.3g 脂:38.3g 塩:10.5g	エ:1480kcal た:61.4g 脂:48.3g 塩:7.6g	エ:1419kcal た:64.2g 脂:38.5g 塩:9.8g	エ:1463kcal た:52.9g 脂:51.4g 塩:6g

エ:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 塩:食塩相当量

