



献立表  
令和7年6月2～8日



	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
朝食	ストロベリーツイスト 白桃缶 牛乳	クリームエスカルゴ りんご 牛乳	黒糖ロールパン 洋ナシ缶 牛乳	ワッパン ニッシュ バナナ 牛乳	マル-ル30g×2 りんご缶 牛乳	レーストッパ ミカン缶 牛乳	ホワイトミルク パン 牛乳
昼食	ゆかりおにぎり ざるそば エビのかき揚げ 小松菜のポン酢あえ	ハヤシライス 水菜のサラダ 青りんごゼリー 福神漬 	米飯 ホキのカレームニエル シロナとソーセージの炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁 ふりかけ	米飯 鶏肉のくわ焼風 野菜炒め シロナのゆずカツオあえ 味噌汁 ふりかけ	米飯 鯖の胡麻漬け焼き かたろしとツナのサラダ 小松菜とアヲの炒め物 味噌汁 ふりかけ	米飯 鶏肉の酢豚風 青梗菜とかまぼこの和えもの ビーフン炒め 味噌汁  ふりかけ	米飯 ほっけのネギソースかけ 春菊の和風あえ 炒り豆腐 味噌汁 ふりかけ
夕食	米飯 鶏肉の香草パン粉焼き 白菜の和風サラダ コンソメスープ 青かつば漬	米飯 ブリの梅焼き レタスとツナのサラダ 味噌汁 桜漬	米飯 豚肉と大根の卵とじ煮 レンコンの炒り煮 しらす和え 赤かつば漬	米飯 メバルの煮つけ 法連草ともやしの胡麻和え がんもの煮物 シソの実漬	米飯 牛肉とキャベツの炒め物 海藻サラダ もやしとにらのソテー たくあん	米飯 鯖の塩焼き オクラとエノキのあえ物 大根のピリ辛炒め ツボ漬	米飯  肉じゃがコロッケ 春雨のゆずドレあえ 野菜のラタトゥイユ風 ピーマン漬
3時	あずき蒸しパン お茶	ムースシュー 紅茶	抹茶ミルクゼリー お茶	チョコバウム コーヒー	白こしあん饅頭 お茶	いちごロールケーキ コーヒー	えびおかき お茶
	1544kcal 蛋白質 46.8g 脂質 49g 炭水化物 223.7g 食塩 6.9g 食物繊維 10.3g	1646kcal 蛋白質 50.4g 脂質 60g 炭水化物 220.3g 食塩 5.7g 食物繊維 9.3g	1587kcal 蛋白質 63.4g 脂質 46.4g 炭水化物 223.8g 食塩 6.8g 食物繊維 12.6g	1597kcal 蛋白質 59.9g 脂質 62.1g 炭水化物 213.8g 食塩 6.3g 食物繊維 10.2g	1630kcal 蛋白質 51.6g 脂質 61.3g 炭水化物 211g 食塩 6.2g 食物繊維 10.2g	1646kcal 蛋白質 56.8g 脂質 49.5g 炭水化物 236.4g 食塩 5.8g 食物繊維 11.3g	1632kcal 蛋白質 49.4g 脂質 53g 炭水化物 235.8g 食塩 7.2g 食物繊維 13.1g