



# 週間献立表



	6月22日(月)		6月23日(火)		6月24日(水)		6月25日(木)		6月26日(金)											
昼食	ごはん かれのいの 法蓮草クリームソース キャベツと ツナのサラダ 大豆のカレー煮 桜大根 コンソメスープ イチゴサブレ		ごはん チンジャオロース 大根中華サラダ 海鮮焼売 味付けザーサイ 卵とりのりの中華スープ ヨーグルト		ごはん 酢鶏 大根のかにあんかけ 隠元のピーナツ和え 味付けメンマ ワントンスープ ヤクルト		ごはん うなぎの卵焼き おくらとかにかまの 和風和え ふきと筍の煮物 野沢菜漬け 里芋ときのこの胡麻汁 たまごせんべい		ごはん 牛肉コロッケ & 海老カツ 豆と卵の ミックスサラダ 切干大根の煮物 白菜の浅漬け みそ汁 (玉葱、じゃが芋) のり塩おかき											
	エネルギー	625	たんぱく質	26.8	エネルギー	559	たんぱく質	27.8	エネルギー	616	たんぱく質	22.3	エネルギー	502	たんぱく質	23.8	エネルギー	628	たんぱく質	17.5
	脂質	22.9	食塩	4.1	脂質	15.7	食塩	3.1	脂質	18.0	食塩	4.7	脂質	15.8	食塩	3.6	脂質	22.1	食塩	3.7
	ごはん 鶏肉とじゃが芋の煮物 焼き茄子の おろしポン酢 たこ焼き いちごロールケーキ 梅なめ茸 豚汁		ごはん エビフライ & メンチカツ 炒めなます きのこほうれん草の スクランブルエッグ さくらんぼ つぼ漬け みそ汁(玉葱、なす)		ごはん さばの生姜焼き なすの味噌炒め 千切り長芋と めかぶの青しそがけ 白桃羹 赤しその実漬け みそ汁 (キャベツ、玉麩)		ごはん きのこデミソース ハンバーグ ポテトサラダ プチグラタン 抹茶ロールケーキ しそ昆布佃煮 キャベツと ベーコンのスープ		ごはん 鮭の香味焼き 厚揚げと豚肉の甘辛煮 キャベツと 小柱のごまサラダ 白桃ムース うずら豆 みそ汁 (もやし、油揚げ)											
エネルギー	624	たんぱく質	22.1	エネルギー	582	たんぱく質	20.3	エネルギー	594	たんぱく質	28.0	エネルギー	667	たんぱく質	23.2	エネルギー	639	たんぱく質	34.1	
脂質	24.8	食塩	3.0	脂質	18.2	食塩	3.5	脂質	20.3	食塩	3.5	脂質	28.6	食塩	4.2	脂質	25.3	食塩	3.1	

材料の仕入れ状況により、献立が変わる事がございます。

配達時間につきましては、ご指定の時間にお届けできない場合もございますが、あらかじめご了承くださいませ。

電話(代) 03-5458-4819

献立作成栄養士：渡邊 美代子