

6月

献立表

	月 6月1日	火 6月2日	水 6月3日	木 6月4日	金 6月5日	土 6月6日
昼	ごはん すまし汁 豚キムチ ごぼうサラダ マンゴー缶 春巻	ごはん すまし汁 カツオのニンニク味噌焼き 春雨サラダ パイン缶 ラタトゥユ	カレーライス コンソメスープ もやしサラダ 白桃缶 スクランブルエッグ	ごはん 味噌汁 鯨の塩焼き さつま芋のミルク煮 洋梨缶 オクラの和え物	ごはん すまし汁 酢豚風 インゲンの旨塩和え 黄桃缶 ひじき入り蓮根きんぴら	たぬきうどん コロッケ カリフラワーのサラダ フルーツヨーグルト
	エネルギー 599kcal 蛋白質 20.2g 脂質 13.0g 食塩 3.2g	エネルギー 498kcal 蛋白質 22.2g 脂質 7.4g 食塩 2.2g	エネルギー 552kcal 蛋白質 15.6g 脂質 15.7g 食塩 3.6g	エネルギー 545kcal 蛋白質 19.2g 脂質 9.3g 食塩 3.2g	エネルギー 551kcal 蛋白質 17.5g 脂質 15.0g 食塩 3.2g	エネルギー 522kcal 蛋白質 14.8g 脂質 12.6g 食塩 3.0g
3時	レーズンクリームサンド	カステラ	あんぱん	今川焼き	ぼたぼた焼き	黒糖ゼリー
	エネルギー 98kcal 蛋白質 1.2g 脂質 4.2g 食塩 0.0g	エネルギー 110kcal 蛋白質 1.9g 脂質 4.0g 食塩 0.1g	エネルギー 68kcal 蛋白質 2.0g 脂質 0.6g 食塩 0.1g	エネルギー 89kcal 蛋白質 1.6g 脂質 4.2g 食塩 0.2g	エネルギー 65kcal 蛋白質 0.6g 脂質 1.5g 食塩 0.3g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g
日計	エネルギー 697kcal 蛋白質 21.4g 脂質 17.2g 食塩 3.2g	エネルギー 608kcal 蛋白質 24.1g 脂質 11.4g 食塩 2.3g	エネルギー 620kcal 蛋白質 17.6g 脂質 16.3g 食塩 3.7g	エネルギー 634kcal 蛋白質 20.8g 脂質 13.5g 食塩 3.4g	エネルギー 616kcal 蛋白質 18.1g 脂質 16.5g 食塩 3.5g	エネルギー 579kcal 蛋白質 15.0g 脂質 14.0g 食塩 3.0g

献立変更する場合があります。ご了承ください

〈めん禁〉

- ・ごはん
- ・すまし汁
- ・コロッケ
- ・ほうれん草煮浸し
- ・カリフラワーサラダ
- ・フルーツヨーグルト