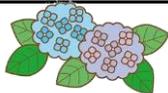


献立表



	5月28日 (日)	5月29日 (月)	5月30日 (火)	5月31日 (水)	6月1日 (木)	6月2日 (金)	6月3日 (土)	
朝食	米飯 味噌汁 焼き豆腐と野菜の煮物 菜の花のわさび和え しば漬け 牛乳	米飯 味噌汁 豆腐のそぼろ煮 なめ茸おろし たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 アジの塩焼き <small>レタスと貝割れのジャコサラダ</small> ふりかけ 牛乳	バターロールパン いちごジャム トマトスープ ロールキャベツ マカロニサラダ ぶどうジュース	米飯 味噌汁 トマト入り炒り卵 白菜のわさび和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 ウインナーとカリフラワーの炒め おろし納豆 つぼ漬け 牛乳	野菜雑炊 味噌汁 厚揚げときのこの煮物 ホウレン草の梅肉和え しば漬け ジョア	
	米飯 すまし汁	米飯 けんちん汁		米飯 味噌汁	枝豆ご飯 豚汁	米飯 すまし汁		
昼食	A 豚肉の香味焼き	A タラのバター焼き	A チキンライス コンソメスープ	A 豚肉の角煮	A アジの南部焼き	A 赤魚の西京漬け	A ハヤシライス コンソメスープ	
	B サバの味噌煮	B 鶏肉の唐揚げ	B カレーうどん 菜飯	B カレイの南蛮漬け	B 鶏肉の塩麴焼き	B 豚肉のごまだれ	B サンドイッチ コンソメスープ	
	切り昆布の煮付け 黄桃缶	たけのご金平 洋梨缶	いんげん梅おかか和え オーギョーチー	さつま芋の甘煮 オレンジ	オクラのボン酢和え マンゴー缶	ひじきの煮物 バナナ	ごぼうサラダ りんご缶	
間食	丸ぼうろ	おかしいろいろ	ソフール	手作り蒸しパン	アイスクリーム	うぐいすおやき	カステラドーナツ	
夕食	米飯 味噌汁 牛肉と野菜の塩炒め ホウレン草の炒め物 ブロカリサラダ	米飯 すまし汁 豚肉の中華炒め カブのコンソメ煮 うぐいす豆煮豆	グリーンピースご飯 味噌汁 豆腐のひき肉包み蒸し ゴボウと人参の炒め ナスの山かけ	米飯 味噌汁 鶏肉の甘辛煮 ホウレン草の煮浸し もやしのゆかり和え	米飯 すまし汁 さわらの煮付け 車麩の煮物 ナスのおろし和え	麦飯 味噌汁 鶏肉の照り煮 真砂炒め とろろ芋	米飯 すまし汁 ナスと豚肉の卵とじ 小松菜の煮浸し 大根とかまぼこのサラダ	
A 栄養成分	エネルギー 1529 kcal たん白質 56.8 g 脂質 46.5 g 炭水化物 222.3 g 塩分 9.5 g	エネルギー 1662 kcal たん白質 60.7 g 脂質 49.0 g 炭水化物 240.4 g 塩分 9.4 g	エネルギー 1415 kcal たん白質 52.2 g 脂質 39.0 g 炭水化物 211.9 g 塩分 9.6 g	エネルギー 1740 kcal たん白質 51.1 g 脂質 47.9 g 炭水化物 260.6 g 塩分 9.7 g	エネルギー 1642 kcal たん白質 64.5 g 脂質 49.6 g 炭水化物 231.0 g 塩分 9.2 g	エネルギー 1581 kcal たん白質 67.6 g 脂質 47.2 g 炭水化物 217.9 g 塩分 10.3 g	エネルギー 1515 kcal たん白質 51.0 g 脂質 46.1 g 炭水化物 220.4 g 塩分 10.9 g	
	B 栄養成分	エネルギー 1544 kcal たん白質 59.7 g 脂質 44.5 g 炭水化物 224.5 g 塩分 10.1 g	エネルギー 1870 kcal たん白質 63.2 g 脂質 68.2 g 炭水化物 245.2 g 塩分 9.3 g	エネルギー 1630 kcal たん白質 59.1 g 脂質 47.5 g 炭水化物 239.1 g 塩分 10.7 g	エネルギー 1620 kcal たん白質 57.5 g 脂質 39.8 g 炭水化物 257.1 g 塩分 9.6 g	エネルギー 1751 kcal たん白質 65.9 g 脂質 59.5 g 炭水化物 230.2 g 塩分 9.5 g	エネルギー 1721 kcal たん白質 66.8 g 脂質 61.6 g 炭水化物 219.4 g 塩分 10.0 g	エネルギー 1520 kcal たん白質 48.5 g 脂質 55.8 g 炭水化物 202.3 g 塩分 11.1 g