

献立予定表(6月度)

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						6月1日
朝	主食 主菜 副菜 Kcal					チーズ蒸しパン・ごはん ウンナー・サラダ コンソメスープ 牛乳 642
星	主食 主菜 副菜 Kcal					菜飯 じゃこ天うどん さつま揚げ サラダ 1035
タ	主食 主菜 副菜 Kcal					ごはん サクのチーズ焼き 豚串カツ 和え物 ミニティラミス 1087
	朝カリー 夜食	0 うどん 6月2日	0 うどん 6月3日	0 唐揚げ丼 6月4日	0 焼肉丼 6月5日	0 カレーライス 6月6日
朝	主食 サケ茶漬け 主菜 スコッチャッピング 副菜 さんまフレーク 漬物 牛乳 Kcal 590	クロワッサン・ごはん ツナマヨ コーンスープ 牛乳 6月7日	クロワッサン・メロンパン マカロニサラダ 味噌汁 牛乳・ミルメーク 597	シュガートースト 納豆・ゆで卵 コンソースープ 牛乳 590	ごはん・ホテルパン 肉団子・味付けかつおフレーク 韓国風スープ 牛乳 6月8日	ごはん・食パン チョコクリスピ―・ごはん ミニバーグ 牛乳 618
星	主食 えびとじ丼 主菜 豚肉の生姜焼き 副菜 中華スープ 野菜サラダ Kcal 931	ごはん 豚肉の生姜焼き エビフライ サラダ 910	オムライス 五穀米 サラダ・バイキング 牛乳 1108	ポークカレー ハマチの照り焼き サラダ・バイキング 牛乳 1150	ごはん・食パン ミートスパゲティー 卵豆腐 豚汁 1015	わかれごはん 塩ラーメン たこやき サラダ 1271
タ	主食 ごはん 主菜 肉団子と野菜のスープ 副菜 サラダ Kcal 1105	ごはん 肉団子のフライタルタルソース オニオンボン酢 2616	ごはん 八宝菜 メンチカツ 牛乳 1202	ごはん 豚肉の葱焼 メンチカツ 牛乳 1071	ごはん 豚肉の葱焼 ソーセージ 牛乳 1110	ごはん パンの塩焼き ビーフ 牛乳 1297
	朝カリー 夜食	うどん 6月9日	うどん 6月10日	唐揚げ丼 6月11日	焼肉丼 6月12日	カレーライス 6月13日
朝	主食 ごはん 主菜 目玉焼き 副菜 味噌汁 Kcal 619	クロワッサン・ごはん スパゲティ・サラダ バジルキスースープ 牛乳 583	ごはん・揚げパン ハム巻 味噌汁 牛乳 600	ビザースト ジャーマンポテト コンソースープ 牛乳 513	ごはん・ホテルパン ローストチキン(鶏足) 赤だし 牛乳 600	ごはん・食パン ナポリタン 豚の角煮 牛乳 565
星	主食 豚丼 主菜 魚のホイル焼き 副菜 はんべん汁 Kcal 758	ごはん 豚肉と卵の炒め 切干大根の煮物 サラダバイキング 1052	ごはん 豚肉と卵の炒め コンソースープ 牛乳 600	ビーフラー ローストチキン ナポリタン デザート 849	ごはん 白身魚の卵あんかけ ナポリタン ミモザサラダ 1364	紅サケ丼飯 のっつうどん コロッケ サラダ 950
タ	主食 ごはん 主菜 鶏肉はちみつ焼 副菜 ミニグラタン Kcal 910	ごはん 麻婆豆腐 コマ団子 サラダ 1156	ごはん ウインナートマトチーズ鍋 えびカツ サラダ 2971	ごはん 豚肉と豆腐の旨煮 だし巻卵 水葉のしそサラダ 1229	ごはん 鰯魚飯 牛乳 2974	郷土料理 ごはん 牛餃子 からあげ サラダ 1213
	朝カリー 夜食	2287	2949	3177	3177	1515
		うどん 6月16日	うどん 6月17日	唐揚げ丼 6月18日	焼肉丼 6月19日	カレーライス 6月20日
朝	主食 セレクトモーニング 主菜 フルーチー <sup>ト</sup> 副菜 コンソースープ Kcal 550	クロワッサン・ごはん ビッグ肉団子 牛乳 618	花クリームパン ボーテッド 牛乳 500	ホットドッグ ボテトサラダ 牛乳 595	ごはん・ホテルパン 厚焼き卵 味噌汁 牛乳 613	ごはん・ホッケーキ サンドパン・ごはん フルーツ盛り合わせ 牛乳 516
星	主食 三色丼 主菜 味噌汁 副菜 ミニラーメン Kcal 1058	焼肉風チャーハン 魚の塩焼き 麻婆春雨 サラダバイキング 919	とろろごはん 魚の塩焼き サラダバイキング 牛乳 170	チーズカレー 鰯魚のバターしょうゆ焼 豚肉と豆腐の旨煮 牛乳 891	ごはん 鰯魚のホイル焼き フライドポテト 牛乳 1102	ゆかりごはん ちゃんぽん 餃子 サラダ 969
タ	主食 ごはん 主菜 サバの竜田揚げ 肉焼壳 副菜 辛い和え 高菜漬け Kcal 970	ごはん 鶏の塩鍋 春巻き サラダ 1058	ごはん 豚しゃぶ さつま芋甘煮 冷奴 1121	ごはん 豚しゃぶ アヒージョ 牛乳 2058	ごはん 赤魚の天ぶら 大根のそぼろ煮 牛乳 1335	シャケ丼飯 赤魚の天ぶら 天ぷら 牛乳 1028
	朝カリー 夜食	2028	2527	3449	1930	1515
		うどん 6月23日	うどん 6月24日	唐揚げ丼 6月25日	焼肉丼 6月26日	カレーライス 6月27日
朝	主食 明太子茶漬け 主菜 ハッシュドポテト 副菜 ゆで卵 漬物・牛乳 Kcal 592	クロワッサン・ごはん 納豆・ゆで卵 コンソースープ 牛乳 522	ごはん・チコねじりパン スパゲティ・サラダ 味噌汁 牛乳 547	ベーコン・トースト スパゲティ・サラダ 味噌汁 牛乳 570	ごはん・ホテルパン さわらの西京焼 豚の角煮 牛乳 787	ごはん・黒糖食パン サンドパン・ごはん チキンナゲット 味噌汁 牛乳 592
星	主食 男の親子丼 主菜 白身魚のガーリックソテー <sup>ト</sup> 副菜 味噌汁 Kcal 1291	ごはん・ごはん ベーコンマカロニグラタン フライドチキン コンソースープ 牛乳 1075	ごはん・ごはん ベーコンマカロニグラタン フライドチキン サラダ 1293	ごはん・ごはん 魚のオーブン焼き 牛乳 1150	ごはん 魚の照り焼き 牛乳 1244	わかれごはん どんこラーメン イカフライ サラダ 1082
タ	主食 ごはん 主菜 ポークステーキ 副菜 ベーコンチーズ ボテトサラダ Kcal 1077	ハヤシライス チキン南蛮 野菜ソテー <sup>ト</sup> 野菜ソテー <sup>ト</sup> 牛乳 1183	ごはん 魚のピリ辛フル 牛乳 957	ごはん ミネストローネ 牛肉コロッケ 牛乳 1056	ごはん 牛乳 1133	ひつまぶし ごはん ヒムチ 牛乳 1290
	朝カリー 夜食	2960	2780	2797	2776	1025
		うどん 6月30日	うどん 6月30日	唐揚げ丼 6月30日	焼肉丼 6月30日	カレーライス 6月30日
朝	主食 ごはん 主菜 ベーコンエッグ 副菜 牛乳 Kcal 621	ごはん 味噌汁 牛乳 621	ごはん 味噌汁 牛乳 621	ごはん 味噌汁 牛乳 570	ごはん 魚の照り焼き 牛乳 787	わかれごはん どんこラーメン イカフライ サラダ 516
星	主食 パーベキュー丼 主菜 コンソメスープ 副菜 フルーツ Kcal 1269	ベーコンエッグ 味噌汁 牛乳 621	ごはん 味噌汁 牛乳 1269	ごはん 味噌汁 牛乳 1269	ごはん 味噌汁 牛乳 1244	ひつまぶし ごはん ヒムチ 牛乳 1048
タ	主食 ごはん 主菜 魚の味噌煮 副菜 麻婆茄子 キヤペツと大葉の和え物 Kcal 942	魚の味噌煮 麻婆茄子 キヤペツと大葉の和え物 牛乳 2832	ごはん 味噌汁 牛乳 0	ごはん 味噌汁 牛乳 0	ごはん 味噌汁 牛乳 3164	ひつまぶし ごはん ヒムチ 牛乳 2930
	朝カリー 夜食	2832	0	2797	3164	2623
		うどん 6月30日	うどん 6月30日	唐揚げ丼 6月30日	焼肉丼 6月30日	ハンバーガー
朝	◆献立について ・6月は暖かくなってきますので、温泉卵の使用と、 マヨネーズで合えたおかずの使用を10月末まで中止します。					