

								
日	6月1日 (月)	6月2日 (火)	6月3日 (水)	6月4日 (木)	6月5日 (金)	6月6日 (土)	6月7日 (日)	6月8日 (月)
朝食	ご飯・パン ポテト・水菜のスープ ミックススクランブル 枝豆コーンソテー 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン なめこ・葱の味噌汁 白身フライ ふきと湯葉の含め煮 納豆 牛乳	ご飯・パン 豆苗・玉葱のスープ ハンバーグ ほうれん草と人参のソテー 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン 大根葉・人参の味噌汁 照り焼き肉団子 さつま芋サラダ 納豆 牛乳	ご飯・パン キャベツ・人参のスープ ミートオムレツ 蒸し鶏と野菜のレモンマリネ 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン すまし汁 厚揚げのそぼろあん かぼちゃとブロッコリーのサラダ 納豆 牛乳	ご飯・パン 厚揚げ・人参の味噌汁 ハム野菜炒め 厚焼玉子 納豆 牛乳	ご飯・パン もやし・水菜のスープ キノコのスクランブル ハムとブロッコリーのマリネ風 野菜サラダ 牛乳
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	朝食 ご飯中 ご飯小							
	kcal g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g
昼食	 わかめうどん なめたけおろし 紫陽花プリン 混ぜご飯	 鶏肉きんぴら丼 小松菜のお浸し ヨーグルトとグラノーラ 白菜・油揚げの味噌汁	 もやしあんかけとんこつ ラーメン 餃子 三色寒天ゼリー ご飯	 中華丼 切干大根のコールスローサラダ はちみつレモンゼリー しめじ・葱のスープ	 ツナと水菜の和風パスタ 野菜サラダ フルーチェ イチゴ コンソメジュリアン ご飯・パン	 炒飯 海藻とキャベツの中華和え 黒糖ゼリー 中華スープ	 ニラそぼろ丼 ちくわとわかめの和風マヨ和え りんごゼリー 大根葉・玉葱の味噌汁	 たぬきつねうどん 小松菜のお浸し フルーツ白玉 混ぜご飯
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	朝食 ご飯大							
	kcal g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g
夕食	A チキンカツ B 豚と筍の玉子炒め AB共通メニュー かぼちゃの含め煮 大根のゆかり和え ご飯 玉葱・小松菜の味噌汁	A チキンソテー BBQソース B 豚と豆腐のトマト旨煮 AB共通メニュー 根菜の煮物 キャベツの酢の物 ご飯 わかめ・もよしの味噌汁	A 豚の粗挽きペッパー焼き B 麻婆茄子 AB共通メニュー 大根とちくわの煮物 ブロッコリーのナムル ご飯 庄内麩・チンゲン菜の味噌汁	A からあげ B ホキの中華香味ソース AB共通メニュー レンコンの炒め煮 青梗菜の辛子和え ご飯 にら・玉葱の味噌汁	A ハヤシライス B AB共通メニュー コロッケ 野菜サラダ 福神漬 牛乳	A グリルチキン サルサソース B 一口餃子の磯部揚げ AB共通メニュー ひじき煮 きゅうりの和風ピクルス ご飯 豆苗・ごぼうの味噌汁	A 豚肉の甘辛炒め B アジフライ AB共通メニュー おくらの塩昆布和え ご飯 ちゃんこ風汁	A とんかつおろしぼん酢 B シューマイのピリ辛野菜あんかけ AB共通メニュー 大豆の甘辛絡め 白菜と玉葱の和風和え ご飯 しいたけ・玉葱の味噌汁
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
	朝食 A:ご飯大 A:ご飯中 B:ご飯大 B:ご飯中							
	kcal g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g	kcal g g g g g g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

- ・朝食のライス量は、中200g/小150gにて、表示をしております。
- ・昼食のライスは、大300gにて、麺のセットライスは小150gにて表示をしております。
- ・夕食のライス量は、大300g/中200gにて、表示をしております。

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

- ・朝食のライスは、中200g/小150gにて、表示をしております。
 ・昼食丼のライスは、大300gにて、麺のセットライスは小150gにて表示をしております。
 ・夕食のライスは、大300g/中200gにて、表示をしております。

Weekly Menu

日	6月17日 (水)	6月18日 (木)	6月19日 (金)	6月20日 (土)	6月21日 (日)	6月22日 (月)	6月23日 (火)	6月24日 (水)
曜日								
朝食	ご飯・パン コーン・小松菜のスープ ナゲット ラタトゥイユ 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン しめじ・豆苗の味噌汁 和風スクランブル わかめのツナ炒め 納豆 牛乳	ご飯・パン もやし・ハムのスープ ミートオムレツ 白菜とチャーシューの炒め 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン すまし汁 豚挽肉といんげんの味噌炒め ポテトサラダ 納豆 牛乳	ご飯・パン 高野豆腐・しいたけの味噌汁 目玉焼き 大根と人参の炒め煮 納豆 牛乳	ご飯・パン ほうれん草・コーンのカレースープ トマトスクランブル ウィンナーと野菜のソテー 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン キャベツ・揚げ玉の味噌汁 白身フライ 卵の花 納豆 牛乳	ご飯・パン レタス・ハムのスープ 肉団子のクリーム煮 ピーマンのマリネ 野菜サラダ 牛乳
栄養価	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
ご飯中								
ご飯小	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g
昼食	△ 冷やし中華 焼売 いちごゼリー ご飯	△ そぼろ丼 切干大根の柚子胡椒風味 ヨーグルト 大根・わかめの味噌汁	△ カルボナーラ 野菜サラダ フルーチェ ミックスベリー コンソメジュリアン ご飯・パン	△ 豚丼 小松菜の香味浸し 黄桃 キャベツ・人参の味噌汁	△ チキンカツ コーンポテト ぶどうゼリー えのき・チンゲン菜の味噌汁	△ 冷やしきつねうどん コロッケ 杏仁フルーツ 混ぜご飯	△ 鶏の甘辛丼 野菜サラダ みかん寒天ゼリー 小松菜・人参の味噌汁	△ 冷やしジャージャー麺 揚げ餃子 パイン缶 ご飯
栄養価	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
ご飯大	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g
夕食	△ 豚キムチ炒め B 目玉焼きフライとデミグラスロケット AB共通メニュー 大根のそぼろあん 白菜のなめだけ和え ご飯 厚揚げ・チンゲン菜の味噌汁	△ 鶏肉の照り焼きソース B 豚肉ときのこのボン酢炒め AB共通メニュー 金平ごぼう ほうれん草のお浸し ご飯 大根菜・麩の味噌汁	△ キーマカレー B AB共通メニュー フライドチキン 野菜サラダ 福神漬 牛乳	△ ボークソテー おろしソース B 塩麹漬け鶏肉の野菜炒め AB共通メニュー ミニおでん レンコウのマヨ和え ご飯 心のり・玉葱の味噌汁	△ 豚肉のケチャップ炒め B 肉団子と野菜のスーパカレー煮 AB共通メニュー 白菜とツナのボン酢和え ご飯 チゲ風汁	△ ビッグメンチカツ B サバの唐揚げ 香味ダレ AB共通メニュー こんにゃくと野菜の煮物 きゅうりともやしのピリ辛和え ご飯 白菜・人参の味噌汁	イベント 6月誕生日会 チーズハンバーグ トマトソース ベベロンパンネ AB共通メニュー フライドポテト 野菜サラダ チキンガーリックライス コーンスープ プリンタルト	△ 揚げ鶏の香味ソース B 豚と野菜のオイスター炒め AB共通メニュー きのごあんかけ豆腐 ブロッコリーのおかか和え ご飯 もずく・ほうれん草の味噌汁
栄養価	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
Aご飯大								
Aご飯中								
Aご飯大								
Aご飯中								
kcal	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

- ・朝食のライス量は、中200g/小150gにて、表示をしております。
- ・昼食のライス量は、大300gにて、麺のセットライスは小150gにて表示をしております。
- ・夕食のライス量は、大300g/中200gにて、表示をしております。

Weekly Menu

日	6月25日 (木)	6月26日 (金)	6月27日 (土)	6月28日 (日)	6月29日 (月)	6月30日 (火)		
曜日	(木)	(金)	(土)	(日)	(月)	(火)		
朝食	ご飯・パン 麩・小松菜の味噌汁 そぼろ肉じゃが ツナとキャバツのマヨ和え 納豆 牛乳	ご飯・パン ワカメ・葱のスープ オムレツ 枝豆とコーンのソテー 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン すまし汁 ほっけの塩焼き 五目豆 納豆 牛乳	ご飯・パン 厚揚げ・人参の味噌汁 温泉玉子 ハムと野菜の炒め物 納豆 牛乳	ご飯・パン ポテト・水菜のスープ ほうれん草のスクランブル 蒸し鶏ときゅうりの梅風味和え 野菜サラダ 牛乳	ご飯・パン 白菜・揚げ玉の味噌汁 サバカレーかつ 切干大根煮 納豆 牛乳		
栄養価	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
ご飯中								
ご飯小	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g
昼食	△ たれカツ丼 野菜サラダ マスカットゼリー 玉葱・油揚げの味噌汁	△ ミートソース 野菜サラダ オレンジ コンソメジュリアン ご飯・パン	△ ジャコ炒飯 もやしときくらげの香味和え 白桃 中華スープ	△ ポークシチュー コーンフライ 野菜サラダ ご飯・パン	△ 冷やしたぬきうどん ちくわ天 グレープフルーツゼリー 混ぜご飯	△ のり弁当風丼 人参とにらのナムル はちみつレモンゼリー 大根・油揚げの味噌汁		
栄養価	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
ご飯大	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g
夕食	△ アイベント 豚肉の生姜焼き サーモンのムニエル オニオンソース AB共通メニュー きゅうりとわかめの酢の物 ご飯 ちゃんご風汁	△ チキンカレー AB共通メニュー ささみフライ 野菜サラダ 福神漬 牛乳	△ 豚肉のねぎ塩焼き アジの竜田揚げ 香味ソース AB共通メニュー 湯豆腐（生姜あん） いんげんの辛子和え ご飯 にら・玉葱の味噌汁	△ チキンソテー 柚子胡椒ソース 肉団子のデミタ煮 AB共通メニュー 白菜と人参のピリ辛和え ご飯 豚汁	△ カツ皿 白身魚のマヨチーズ焼き AB共通メニュー 里芋とがんもの煮物 コーンとブロッコリーのマヨ和え ご飯 青梗菜としいたけの味噌汁	△ チキンソテー ガーリック醤油 豚肉野菜巻きフライとコロケ AB共通メニュー つきこんどきのこのピリ辛炒め 菜の花のお浸し ご飯 豆腐・葱の味噌汁		
栄養価	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
Aご飯大								
Aご飯中								
Bご飯大								
Bご飯中								
	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g	kcal g g g g g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量
いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

- ・朝食のライス量は、中200g/小150gにて、表示をしております。
- ・昼食のライス量は、大300gにて、麺のセットライスは小150gにて表示をしております。
- ・夕食のライス量は、大300g/中200gにて、表示をしております。