

6月

メニュー (7日間)

令和6年6月17日

～

令和6年6月23日

【★常食Ⅰ】

	朝食	昼食	夕食	15時
6月17日 (月)	御飯 フロッコリーとベーコンの炒め物 ポテトサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 メバルの山椒焼き 車麩の卵とじ 春雨サラダ 味噌汁 フルーツ	御飯 豚肉のピリ辛炒め カニ風味あんかけ モヤシの中華和え 中華スープ	焼トースト(豆乳) 
エネルギー 1394 たんぱく質 56.7				
6月18日 (火)	御飯 炒り豆腐(ミックスベジタブル) パンフキンサラダ のりの佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 蒸し鶏の梅肉ソース ごぼうの炒り煮 菜の花の胡麻和え 味噌汁 フルーツ	御飯 サバの南蛮漬 茄子の香味炒め 白菜のサラダ すまし汁	ショコラプチケーキ
エネルギー 1030 たんぱく質 58.2				
6月19日 (水)	御飯 里芋のそぼろ煮 インゲンのゴマ和え ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 海老団子と野菜の炒め煮 なめこ豆腐 かぶのレモン和え 味噌汁 フルーツ	御飯 回鍋肉 カラフラワーの中華煮 青梗菜と蒸し鶏の和え物 中華スープ	黒糖まんじゅう 
エネルギー 1473 たんぱく質 57.3				
6月20日 (木)	御飯 厚焼卵 ごぼうサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 マスの沢煮 なすのケチャップ炒め ポテトサラダ すまし汁 フルーツ	御飯 鶏の葱タレかけ ピーマン炒め モヤシの胡麻和え すまし汁	カスタードどら焼
エネルギー 1581 たんぱく質 59.2				
6月21日 (金)	夏至 御飯 大根と人参の煮付け オクラの和え物 鯛味噌 味噌汁 牛乳	★ご当地メニュー 名古屋 御飯 味噌カツ 白菜とサツマ揚げの煮浸し インゲンの生姜和え すまし汁 フルーツ	御飯 ゴーヤと豆腐の炒め物 冬瓜の煮物 小松菜の柚子浸し 味噌汁	コーヒーロール 
エネルギー 1514 たんぱく質 53				
6月22日 (土)	バターロール スクランブルエッグ スパゲティサラダ チョコレート コンソメスープ 牛乳	御飯 アサリの卵とじ インゲンとハムの炒め物 豆サラダ 味噌汁 フルーツ	御飯 豚肉と野菜の中華旨煮 シューマイ キャベツの和え物 中華スープ	パンナコッタ 
エネルギー 1640 たんぱく質 63.9				
6月23日 (日)	御飯 ガンモと野菜の煮物 金時煮豆 梅びしお 味噌汁 牛乳	御飯 豚肉と生揚げの甘辛煮 大根の千切り炒め 南瓜のサラダ 味噌汁 フルーツ	御飯 シルバーのバター醤油風味焼 マカロニソー ホウレン草の和風ドレッシング 豆乳スープ	やわらかおかき 
エネルギー 1532 たんぱく質 63.8				

【MEMO】

