



週間献立表

	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日	6月10日
朝食	ご飯(80g) 味噌汁 アスパラの和風炒め 香りและ ふりかけ(たまご)	ご飯(80g) 味噌汁 厚揚げの生姜炒め おかか和え ふりかけ(ご飯の友)	ご飯(80g) 味噌汁 高野豆腐の煮物 塩昆布和え ふりかけ(鮭)	ご飯(80g) 味噌汁 なすとさつま揚げの煮物 いんげんごまよごし たいみそ	ご飯(80g) 味噌汁 ツナジャガ 柚子味噌和え ふりかけ(たまご)	ご飯(80g) 味噌汁 冬瓜のおかか煮 梅しらす和え ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 南瓜の煮物 海苔和え ふりかけ(たらこ)
昼食	ご飯(80g) 魚のごまみりん焼き 切干大根の煮物 オレンジ すまし汁(そうめん)	ご飯(80g) 鶏のから揚げ 蟹とわかめの酢の物 キウイ 味噌汁	ご飯(80g) 魚の梅マヨ焼き 酢醤油和え バナナ すまし汁(卵とうふ)	カレーライス コンソメスープ	胚芽ロール 魚のピザ焼き 夏みかんサラダ ゼリー トマトスープ	ご飯(80g) 豚肉のバターポンス焼き いろいろ豆さらだ キウイ すまし汁(はんぺん)	ご飯(80g) 魚の照り焼き キャウリの茗荷和え りんご すまし汁(かまぼこ)
おやつ	牛乳 どらやき	牛乳 南瓜蒸しパン	牛乳 黒糖ゼリー	おやつバイキング	牛乳 抹茶ワッフル	牛乳 りんごケーキ	牛乳 クリームコンフェ
夕食	ご飯(80g) 牛肉わさび炒め ゆかり和え 洋ナシ缶 すまし汁(冬瓜)	ご飯(80g) 魚のピザ焼き カブのコールスロー ゼリー オニオンスープ	ご飯(80g) 豚とキャベツ味噌炒め 生姜風味和え 黄桃缶 野菜汁	ご飯(80g) 魚の甘辛煮 蓮根味噌炒め オレンジ すまし汁(ホウレンソウ)	ご飯(80g) 鶏肉のプルコギ風 わさび酢和え フルーツカクテル 中華スープ	ご飯(80g) 魚のソース煮 辛子和え ゼリー 野菜汁	ご飯(80g) 牛肉と筍の甘辛煮 梅じゃこ炒め 白桃缶 すまし汁(豆腐)

