



# メニュー表



	7月2日(日曜日)	7月3日(月曜日)	7月4日(火曜日)	7月5日(水曜日)	7月6日(木曜日)	7月7日(金曜日)	7月8日(土曜日)	
朝食(和)	ご飯 ハッシュドポテト 青菜のお浸し 味噌汁 	ご飯 じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁	ご飯 玉子とじ スパサラダ 味噌汁 佃煮	ご飯 野菜の中華煮 フルーツ 味噌汁	ご飯 ジャーマンポテト コールスローサラダ 味噌汁 梅ソース 	ご飯 豆腐ハンバーグ うの花サラダ 味噌汁	ご飯 オムレツ ポテトサラダ 味噌汁 佃煮 	
	I補肝 - 407kcal 炭水化物 77.6g 蛋白質 8.2g 脂質 7.9g 食塩当量 3.0g	I補肝 - 327kcal 炭水化物 68.6g 蛋白質 8.6g 脂質 2.2g 食塩当量 2.4g	I補肝 - 378kcal 炭水化物 69.8g 蛋白質 10.3g 脂質 6.4g 食塩当量 2.9g	I補肝 - 321kcal 炭水化物 66.4g 蛋白質 7.3g 脂質 2.8g 食塩当量 2.2g	I補肝 - 373kcal 炭水化物 68.3g 蛋白質 7.5g 脂質 8.0g 食塩当量 3.3g	I補肝 - 363kcal 炭水化物 68.6g 蛋白質 9.5g 脂質 5.6g 食塩当量 2.3g	I補肝 - 370kcal 炭水化物 69.4g 蛋白質 9.7g 脂質 6.0g 食塩当量 3.2g	
朝食(洋)	丸ロール ハッシュドポテト 青菜のお浸し 牛乳	レーズンパン じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーの和え物 牛乳	食パン/マーガリン 玉子とじ スパサラダ 牛乳 	ミニ抹茶ツイスト 野菜の中華煮 フルーツ 牛乳	食パン/ジャム ジャーマンポテト コールスローサラダ 牛乳	ショコラロール 豆腐ハンバーグ うの花サラダ 牛乳 	食パン/マーガリン オムレツ ポテトサラダ 牛乳	
	I補肝 - 479kcal 炭水化物 60.8g 蛋白質 14.7g 脂質 20.1g 食塩当量 2.5g	I補肝 - 387kcal 炭水化物 54.4g 蛋白質 13.4g 脂質 12.7g 食塩当量 1.7g	I補肝 - 476kcal 炭水化物 57.5g 蛋白質 16.4g 脂質 19.9g 食塩当量 1.8g	I補肝 - 505kcal 炭水化物 58.9g 蛋白質 15.2g 脂質 22.8g 食塩当量 1.6g	I補肝 - 487kcal 炭水化物 64.9g 蛋白質 17.0g 脂質 17.7g 食塩当量 1.6g	I補肝 - 459kcal 炭水化物 49.5g 蛋白質 16.2g 脂質 21.7g 食塩当量 1.6g	I補肝 - 533kcal 炭水化物 60.7g 蛋白質 17.8g 脂質 24.5g 食塩当量 1.6g	
昼食	ご飯 メンチカツ 添え野菜 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁 フルーツ 	紫蘇の実散らし寿司 大根のくず煮 赤だし 一口和菓子 	ご飯 サワラの幽庵焼き 添え野菜 パプリカの金平風 白菜の和え物 吸物	かき揚げ丼 春菊のわさび和え 金時豆 味噌汁 	ほうれん草カレー カリフラワーサラダ フルーツ 福神漬 	<七夕> おにぎり 七夕そうめん がんも煮 デザート 	ご飯 貝だくさん汁 竹輪の磯部揚げ ブロッコリーの和え物 漬物 	
	I補肝 - 553kcal 炭水化物 90.5g 蛋白質 16.0g 脂質 14.8g 食塩当量 3.3g	I補肝 - 433kcal 炭水化物 93.0g 蛋白質 9.6g 脂質 2.5g 食塩当量 3.8g	I補肝 - 452kcal 炭水化物 67.4g 蛋白質 19.1g 脂質 12.5g 食塩当量 2.6g	I補肝 - 512kcal 炭水化物 94.4g 蛋白質 11.1g 脂質 10.3g 食塩当量 3.0g	I補肝 - 491kcal 炭水化物 91.7g 蛋白質 9.4g 脂質 10.2g 食塩当量 2.6g	I補肝 - 522kcal 炭水化物 110.3g 蛋白質 12.0g 脂質 4.4g 食塩当量 4.3g	I補肝 - 520kcal 炭水化物 76.2g 蛋白質 17.6g 脂質 17.6g 食塩当量 4.2g	
夕食	ご飯 エビ団子の中華煮 南瓜の煮物 もやしの和え物 味噌汁	ご飯 豚肉と茄子の生姜炒め 高野煮 チンゲン菜の磯和え 味噌汁 	ご飯 豆腐の韓国風煮 冬瓜の煮物 青菜の辛子和え スープ	ご飯 ハンバーグ 添え野菜 ビーフンソテー 三度豆のお浸し 味噌汁 	ご飯 豚肉の生姜焼き かぶの煮物 マカロニサラダ 吸物 	ご飯 赤魚の酒蒸し 添え野菜 蓮根の金平 チンゲン菜の和え物 味噌汁	ご飯 ミートボールのトマト煮 さつま芋の煮物 ひじきのサラダ スープ 	
	I補肝 - 443kcal 炭水化物 79.9g 蛋白質 11.8g 脂質 9.3g 食塩当量 4.0g	I補肝 - 547kcal 炭水化物 70.4g 蛋白質 15.9g 脂質 23.1g 食塩当量 3.2g	I補肝 - 457kcal 炭水化物 70.7g 蛋白質 18.9g 脂質 12.3g 食塩当量 2.7g	I補肝 - 491kcal 炭水化物 82.2g 蛋白質 15.1g 脂質 15.0g 食塩当量 3.9g	I補肝 - 601kcal 炭水化物 76.0g 蛋白質 15.0g 脂質 27.9g 食塩当量 2.3g	I補肝 - 420kcal 炭水化物 70.4g 蛋白質 18.2g 脂質 6.4g 食塩当量 3.9g	I補肝 - 478kcal 炭水化物 89.8g 蛋白質 11.3g 脂質 9.6g 食塩当量 3.3g	

※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。

