

週間献立表

	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)	6月1日(土)	6月2日(日)
朝	ごはん(学) ベーコンエッグ 納豆(学) 魚の紙つつみ焼き(学) ほうれん草のしらす和え(学) 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)学	ごはん(学) サバの塩焼き(学) キムチ納豆(学) からし菜炒め(学) けんちん汁(学) くだもの(バナナ)	ごはん(学) ししゃも塩焼き 納豆(学) かに玉風厚焼き玉子 沖縄風みそ汁(学) くだもの(キウイ)	サンドイッチ(卵) サラダ(キャベツ・コーン) ほうれん草のソテー コーンスープ くだもの(バナナ) 牛乳	あわごはん(学) 鮭のマヨネーズ焼き 厚焼き卵(学) キムチ納豆(学) ゆし豆腐(学) くだもの(パイナップル)	ごはん(学) ぶりの照り焼き(学) 納豆(学) フーチャンブルー(学) おろし和え みそ汁(じゃが芋/ねぎ)学	ごはん(学) 魚の香草パン粉焼き(学) 納豆みそ(学) パイパイイリチー(学) もやしの胡麻和え(学) すまし汁(もずく)
昼	ごはん(学) ラタトゥイユ風鶏肉のトマト煮(学) ジャーマンポテト(学) ささみとブロッコリーのサラダ(学) オニオンスープ(学) ヨーグルト和え(学)	オムライス(学) クリームコロッケ(学) 豚しゃぶサラダ(学) 白菜の野菜スープ(学) くだもの(メロン)	スパゲティミートソース(学) チキンナゲット(学) ポテトサラダ(学) 具たくさんコンソメスープ(学) くだもの(スイカ)	ごはん(学) カルシウムUPカレー(学) ブロッコリーとコーンのサラダ(学) フルーツ盛り合わせ(学)	ロコモコ丼 ナゲット&ポテト カプレーゼサラダ(学) マッシュルームスープ くだもの(キウイ)	ごはん(学) 鶏肉の生姜焼き(学) (付)スパゲッティ ゆで卵 竹輪のチーズ磯辺揚げ(学) ブロッコリーのカレー炒め(学) キャロットラペ(弁) パインジュース	ごはん(学) 豚カツ(学) (付)キャベツ ひじき卵焼き きんぴらごぼう(弁) からし菜炒め 漬物 オレンジジュース
夕	ごはん(学) 白身魚のトマトバターソースかけ(学) 人参しりしりー(学) たこときゅうりの和え物 シューマイ豆腐 ソーキ汁(学) デザート(ももゼリー)	ごはん(学) スコッチエッグ(学) ゴボウサラダ(学) ミネストローネスープ(学) くだもの(GF)	ごはん(学) 揚げない油淋鶏(学) エビとレタスの卵炒め 水菜としらすの豆腐サラダ お雑煮風すまし汁(学) アイスクリーム	ごはん(学) 白身魚の中華あんかけ(学) ゴーヤーチャンブルー(学) 厚焼き卵(学) 小松菜のなめたけ和え 根菜汁(学) くだもの(びわ)	ごはん(学) チキンソテーきのこソースかけ(学) いんげんの炒めもの 生ハムサラダ(学) たまごスープ(学) くだもの(すもも)	ごはん(学) 牛肉とセロリのオイスターソース炒め(学) 小籠包(学) パンパンジーサラダ(学) もずく入りキムチスープ(学) くだもの(キウイ)	ごはん(学) 豆腐ハンバーグ(学) 焼きビーフン サラダ(プロ) 中身汁(学) くだもの(スイカ)
栄養成分	エネルギー 4358 kcal たんぱく質 225.2 g 脂質 128 g 食塩相当量 12.9 g	エネルギー 4534 kcal たんぱく質 222 g 脂質 139.4 g 食塩相当量 12.2 g	エネルギー 4454 kcal たんぱく質 225.8 g 脂質 142.1 g 食塩相当量 15.4 g	エネルギー 4544 kcal たんぱく質 225.7 g 脂質 140.4 g 食塩相当量 17.5 g	エネルギー 4538 kcal たんぱく質 227.1 g 脂質 129 g 食塩相当量 15 g	エネルギー 4409 kcal たんぱく質 225.7 g 脂質 117.1 g 食塩相当量 12.1 g	エネルギー 4468 kcal たんぱく質 226.8 g 脂質 129 g 食塩相当量 13.6 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わる事があります。