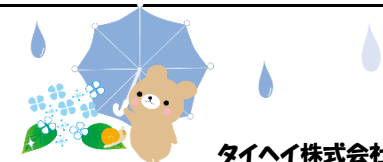




献立カレンダー 前半



	月	火	水	木	金 6月1日	土 6月2日	日 6月3日
おひるごはん							
栄養価					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 422/16.1/14.0/55.5/1.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 377/13.9/7.9/60.2/1.1	
	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
おひるごはん	 ハヤシライス ほうれん草のごまサラダ フルーツ(オレンジ)	 ご飯 カラスカレのカレー風味唐揚げ 彩り三色ソー スー フルーツ(パイナップル)	 スパゲティナポリタン かぼちゃのサクサクパン粉焼き 厚揚げと玉子のスープ	 ご飯 ステーキタラの焼き じゃが芋のどろ煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	 冷やし豚しゃぶうどん 大豆の甘辛和え フルーツ(バナナ)	 ご飯 鶏ささみの中華風 大根のツナ煮 みそ汁	
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 412/12.6/12.5/61.1/1.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 350/13.3/8.8/52.6/1.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/15.8/14.7/48.0/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/13.1/7.2/58.4/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 373/14.5/13.8/47.6/2.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 370/17.7/7.0/55.7/1.2	
	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日			
おひるごはん	 鉄分強化！ふりかけご飯 お豆とかぼちゃのグラタン風 ごぼうサラダ スー	 カレーライス 大根のごまマヨサラダ フルーツ(オレンジ)	 ご飯 白糸タラの和風焼き 炒り粉豆腐 みそ汁 フルーツ(バナナ)	 ●彩り手まり寿司 ひとくちササミカツ 三色和え すまし汁 フルーツ(オレンジ)			
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 424/12.7/12.4/64.5/1.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 430/12.3/13.8/62.4/1.3	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 362/14.6/7.3/58.5/1.2	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 400/19.1/7.8/61.2/1.0			

※都合により、献立を変更する場合がございます。