



WEEKLY MENU



日	6月22日				6月23日				6月24日				6月25日				6月26日				6月27日				6月28日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	カギ受け取り時 配布 パン 2個 ジュース				6/22 夕食時 配布 パン 2個 ジュース				6/23 夕食時 配布 パン 2個 ジュース				6/24 夕食時 配布 パン 2個 ジュース				6/25 夕食時 配布 パン 2個 ジュース				6/26 夕食時 配布 パン 2個 ジュース 1年生のみ				6/27 夕食時 配布 パン 2個 ジュース 1年生のみ			
	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
	1023	25.0	26.2	4.0	1023	25.0	26.2	4.0	1023	25.0	26.2	4.0	1023	25.0	26.2	4.0	1023	25.0	26.2	4.0	1023	25.0	26.2	4.0	1023	25.0	26.2	4.0
昼食	【弁当】 とんかつ 切干大根 スパゲティサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 ハンバーグ ほうれん草の胡麻和え ポテトサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鶏肉の七味焼きとオムレツ アジアン鳳ホクホクポテト ゴボウサラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鯖のごま照り焼き 栗かぼちゃの含め煮 春雨サラダ ライス、漬物、味噌汁				【弁当】 鶏の塩麹唐揚げ だし巻き卵 マカロニサラダ ライス、漬物、味噌汁				【麺】 きつねうどん イカカツ ライス 青りんごゼリー				【丼】 豚肉ごぼう炒め丼 オクラと白滝のゴマ和え 汁物 フルーツ			
	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
	1003	26.5	32.2	4.0	945	26.7	23.5	5.0	899	25.5	20.8	4.0	860	25.2	16.8	4.3	1038	41.9	36.1	3.9	896	20.3	11.9	3.8	765	23.1	20.2	3.2
夕食	A 麻婆豆腐				A 豚肉の生姜焼き				A 秋刀魚のフライ				A ロールキャベツ 野菜トマトソース				A ポークカレー				A 鶏肉団子の野菜あんかけ				A ビックメンチカツ 粒マスタードソース			
	アジフライ ゼリー ライス、汁物				竹輪とキャベツの味噌マヨ和え フルーツ ライス、汁物				豚肉と野菜の中華和え カスタードプリン ライス、汁物				豚肉と野菜のビーフン フルーツ ライス、汁物				野菜コロッケ フルーチェ ミックスベリー ライス				春巻 フルーツ白玉 ライス、				厚揚げと人参の中華炒め煮 ミニたい焼き ライス、汁物			
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
A定食	1043	32.8	28.7	6.3	1105	26.0	45.8	5.4	1047	31.5	29.6	5.6	912	24.2	14.3	4.3	1300	25.2	26.0	4.9	1228	26.5	36.6	4.9	1193	28.1	46.4	6.3

* 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。新型コロナウイルス感染予防の為、バイキングは中止しています。