

2023ねん6がつこんだてひょう



6月9日(金)



6月12日(月)



6月20日(火)



6月23日(金)



1(木)					2(金)																			
アレルギー					アレルギー																			
ひじきごはん					のりおかかごはん																			
にくだんごのやさいあんかけ					キャベツソテー																			
ブロッコリー					かぼちゃコロッケ																			
ポテトサラダ					チーズかまぼこ																			
ようなしかん					いんげんのごまあえ																			
フルーツカクテル																								
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量															
369kcal	8.4g	7.3g	67.9g	1.4g	380kcal	8.1g	7.7g	70.8g	1.3g															
5(月)					6(火)					7(水)					8(木)					9(金)				
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー				
しろごはん					さけふりかけごはん					ごましおかけごはん					なめし					わかめごはん				
チキンカレー					ほうれんそうソテー					ぎゅうにくやさしいため					キャベツとさくらえびのソテー					ナポリタン				
ほしにんじんのスープに					とりからあげ					ゆでいんげん					とりてんカツ					やさいコロッケ				
チキンナゲット					コーンしゅうまい					あげぎょうざ					ウインナー					にくだんご				
パインかん					さつまいもサラダ					やさいゼリー					マカロニサラダ					にんじんしりしり				
					プチチョコケーキ										みかかん					にりんご				
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
367kcal	9.5g	9.1g	61.8g	1.1g	450kcal	11.5g	12.0g	70.2g	1.4g	417kcal	12.7g	13.3g	64.2g	1.0g	421kcal	9.9g	13.5g	64.9g	2.0g	391kcal	9.0g	7.4g	72.3g	1.6g
12(月)					13(火)					14(水)					15(木)					16(金)				
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー				
やさいふりかけごはん					えだまめわかめごはん					のりまき(かんびょう)					せとふうみふりかけごはん					たらこふりかけごはん				
コーンのパセリソテー					ぶたにくやさしいため					のりまき(ツナマヨ)					ナポリタン					はだいこんひきにくいため				
メンチカツ					うめにんじんのあまに					いなりずし					バーベキューチキン					ささかまいそべあげ				
ミニさつまあげ					かぼちゃサラダ					こまつなソテー					えびフライ					かにしゅうまい				
ポテトサラダ					あんりんフルーツ					てりやきとうふハンバーグ					パブリカのマリネ					えだまめとさくらえびのソテー				
おうとうかん										チーズかまぼこ					オレンジゼリー					ようなしかん				
										さつまいもサラダ														
										フルーツカクテル														
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
405kcal	9.3g	9.6g	71.6g	1.3g	352kcal	10.5g	7.1g	62.5g	0.9g	278kcal	8.5g	8.8g	37.3g	1.9g	405kcal	13.8g	10.0g	66.1g	0.9g	388kcal	11.9g	9.1g	66.3g	1.2g
19(月)					20(火)					21(水)					22(木)					23(金)				
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー				
さけそぼろごはん					ハムマヨネーズパン					ひじきごはん					わかめごはん					たまごふりかけごはん				
ブロッコリーソテー					ミニクリームクロワッサン					マカロニソテー					ぶたにくのしょうがいため					マーボーあつあげ				
さんかくはるまき					にんじんツナソテー					とんかつデミソースかけ					コーンコロッケ					グリーンピース				
ウインナー					ミニハンバーグ					ブロッコリー					にくだんご					にんじんのごまあえ				
ポテトサラダ					もろこしてん					やさいのコンソメに					いんげんのおかかあえ					あんりんフルーツ				
プチメープルケーキ					かぼちゃサラダ					グレーゼリー					マンゴープリン									
					おうとうかん																			
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
391kcal	10.0g	10.7g	64.7g	1.3g	349kcal	9.8g	17.6g	38.4g	1.4g	397kcal	10.1g	8.7g	70.7g	1.5g	394kcal	11.0g	7.9g	70.3g	1.4g	361kcal	10.2g	7.8g	63.3g	1.8g
26(月)					27(火)					28(水)					29(木)					30(金)				
アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー					アレルギー				
なめし					のりおかかごはん					とりそぼろごはん					たらこふりかけごはん					ごましおかけごはん				
やきそば					えだまめベーコンソテー					たまねぎのさくらえびいため					とりにくのホイコーロー					とりにくのトマトに				
とりのてりやき					いそべささみフライ					しろみさかなフライ					うめにんじんのスープに					ポテトフライ				
かにしゅうまい					にんじんのさつまあげ					ブロッコリー					えびしゅうまい					キャベツとベーコンいため				
じゃがいものあおのりあえ					トマトペネササラダ					マカロニめんつゆソテー					パインかん					ミニチーズ				
アップルゼリー					フルーツカクテル					みかかん														
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
402kcal	12.9g	9.1g	68.1g	1.6g	380kcal	12.1g	7.4g	67.7g	1.6g	395kcal	14.6g	6.3g	71.3g	1.1g	358kcal	14.0g	6.3g	61.0g	1.2g	371kcal	11.7g	9.6g	61.1g	1.4g

※材料調達の都合上、献立を一部変更することがございます。ご了承ください。
 ※複数の園にお届けして容器を回収しています。忘れ物が戻ってくるよう、スプーンやフォーク等には園名も入れてください。
 ※毎日お届けするお弁当は、食品衛生上、13時頃までにお召し上がりください。
 ※アレルギー特定28品目でないアレルギーは、喫食者がアレルギー保有を申告しているものを掲載しております。



となんきゅうしょくセンター
 TEL 03-3732-7451 FAX 03-3735-8376

