

お献立表

	メインディッシュ	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩	小鉢	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g
6月8日	鶏の山賊揚げ (小麦)	506	24.8	33.1	1.6	○シエルサラダ (小麦, 卵)	135	2.2	9.2	1.2
	ぶり照焼 (かに, 小麦, 卵)	331	24.9	19.7	1.4	○小松菜からし和え (小麦, 卵)	22	1.3	0.2	0.5
	肉味噌キャベツ (小麦, 卵)	406	28.1	18.5	4.2	○プリン (卵, 乳)	93	1.1	4.6	0.1
	ガパオライス (小麦, 卵)	670	33.8	15.3	2.4	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
6月9日	茄子と豚肉の炒めもの (小麦)	374	21.4	20.1	1.7	○大根ゆず和え (小麦)	18	0.6	0.1	0.8
	肉団子クリーム煮 (1/3日野菜) (小麦, 卵, 乳)	512	18.3	26.1	2.2	○コンちくピリ辛煮 (えび, 小麦, 卵)	41	2.7	0.3	1.3
	ビーナッツ酢鶏 (小麦, 乳, 落花生)	482	22.1	28.2	2.2	○ミニアメリカンドッグ (小麦, 卵, 乳)	66	2.8	3	0.4
	カニカマ甘酢天津飯 (かに, 小麦, 卵, 乳)	637	17.7	7.7	5.5	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
6月10日	天ぶら盛り合わせ (えび, 小麦, 卵)	356	17	17	1.4	○五目春雨サラダ (小麦)	53	0.7	1.4	0.8
	赤魚煮付け (小麦)	240	20.4	3.9	2.2	○ちくわ大根煮 (えび, 小麦, 卵)	29	2.1	0.3	0.6
	タッカルビ (1/2日野菜) (小麦)	280	17.4	13.8	2.1	○きんぴらごぼう (小麦)	62	1.3	0.8	1.1
	チキンカツサンド (小麦, 卵, 乳)	773	27.5	20.8	7.4	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
6月11日	とんかつ (小麦, 卵, 乳)	544	17.3	31.4	2.9	○れんこんひじきサラダ (小麦, 卵)	110	1	8.9	0.7
	蒸し鶏と温玉のソーザ〜サラダ (1/3日野菜) (卵, 乳)	271	27.4	13.4	0.6	○卵の花 (小麦)	39	2.9	1.1	0.7
	厚揚げオイスター煮 (小麦, 乳)	315	18	15.9	3.8	○千切り大豆煮 (小麦)	60	2.3	1.9	0.6
	コロッケカレー (小麦, 卵, 乳)	742	13.4	23.3	4.5	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
6月12日	もち豚入り自家製ハンバーグ (小麦, 卵, 乳)	390	20	15.5	1.2	○コンキハ〜ツサラダ (卵)	111	2.4	8.2	0.5
	白身魚のレモンソース (小麦, 乳)	289	21.1	10.5	1.8	○五目豆煮 (小麦)	85	5.6	2.4	1.1
	鶏のうま煮 (1/3日野菜) (小麦, 卵, 乳)	412	18	22.7	3.5	○ひじき油揚げ煮 (小麦)	51	2.3	2.5	0.7
	かり鶏おろしそば (小麦, そば, 卵)	407	23.3	26.5	2.2	○冷奴 (アレルギーなし)	51	4.2	2.8	0
6月13日										
6月14日										

材料調達の都合により、お献立表を変更する場合がございます。悪しからずご了承下さい。
 ※丼・ご飯もののセットのみご飯のカロリーも含んでいます (ご飯1人180g 302kcal)
 ※カレーライスのご飯は250g 420kcalです。食堂のお米は国産米を使用いたしております。
 ※アレルギーは7大アレルギーのみ表示しております。メインディッシュのアレルギー表示は付け合わせ等を含んでおりません。また、同一製造ラインでの微量の混入までは保証されておりませんのでご注意ください。