

2022年6月1日(水) ~ 2022年6月30日(木)

まる味食品(株)

※週4回(木曜日は給食なし)の方は、お弁当をお忘れの無いようご注意ください。

		1日(水)			2日(木)			3日(金)					
		白飯 ローストンカツ スパゲティソテー 花形さつま煮 小松菜のおかか和え みかん缶			白飯 サゴシの柚庵焼き チキンスティック もやし炒め 若布と胡瓜の酢の物 花がんと煮付			白飯 星のコロッケ ハムステーキ 焼きそば ブロッコリーのイタリアンサラダ 牛肉のデミグラスソース煮					
		エネルギー 390kcal 脂質 10.2g たんぱく質 10.2g 食塩相当量 1.5g			エネルギー 402kcal 脂質 13.3g たんぱく質 14.1g 食塩相当量 1.1g			エネルギー 439kcal 脂質 14.3g たんぱく質 11.7g 食塩相当量 1.6g					
6日(月)		7日(火)			8日(水)			9日(木)			10日(金)		
白飯 白身フライ 星型五目しんじょ 豚肉としめじの炒めもの ほうれん草のり和え パイン缶		白飯 お月さまハムカツ 揚げギョーザ 野菜のきんぴら ブロッコリーのおかか和え 大豆ひじき煮			白飯 ミートボールのケチャップ煮 マカロニのソテー スマイルポテト 白菜と胡瓜のゆず和え サイコロ高野煮			白飯 ドーナツコロッケ 切干大根のナポリタン風 やわらかほうれん草シューマイ 小松菜のさっぱりサラダ ミニカットりんご			白飯 すきやき風煮 さつまいも天ぷら 人参さつま揚げ煮 インゲンとえのきのソテー ひとくちイカフライ		
エネルギー 354kcal 脂質 8.4g たんぱく質 12.9g 食塩相当量 0.9g		エネルギー 370kcal 脂質 11.0g たんぱく質 8.4g 食塩相当量 0.8g			エネルギー 417kcal 脂質 14.2g たんぱく質 11.3g 食塩相当量 1.4g			エネルギー 363kcal 脂質 8.2g たんぱく質 7.0g 食塩相当量 0.7g			エネルギー 361kcal 脂質 10.3g たんぱく質 9.0g 食塩相当量 0.6g		
13日(月)		14日(火)			15日(水)			16日(木)			17日(金)		
白飯 鶏肉の八幡巻き ほくほくコロッケ れんこんきんぴら カラフルピーマンのおかか和え ミニがんと煮付		白飯 れんこんの肉詰めフライ 枝豆のつまみあげ ツナのトマトパスタ ほうれん草とコーンのソテー みかん缶			白飯 白身魚のカレーパン粉焼き 若鶏の海苔巻き唐揚げ 青菜キャベツ ブロッコリーの人参ドレ和え 昆布豆			白飯 ササミフライ 花しんじょう煮付 きのこちくわのソテー チンゲン菜のごま和え マカロニサラダ			スプーンを お持ちください		
エネルギー 417kcal 脂質 14.3g たんぱく質 8.4g 食塩相当量 1.0g		エネルギー 382kcal 脂質 10.9g たんぱく質 8.7g 食塩相当量 1.1g			エネルギー 389kcal 脂質 7.5g たんぱく質 18.5g 食塩相当量 1.6g			エネルギー 363kcal 脂質 8.9g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 1.4g			エネルギー 588kcal 脂質 12.4g たんぱく質 11.3g 食塩相当量 3.1g		
20日(月)		21日(火)			22日(水)			23日(木)			24日(金)		
白飯 ヒレカツ かぶらさつま揚げ煮 チンゲン菜とコーンのソテー 一口焼きいも みかん缶		とうもろこしご飯 さばの塩焼 チキンナゲット ジャーマンポテト 切り干し大根煮 ブロッコリーのオニオンドレ和え			白飯 豚肉のしゃぶしゃぶサラダ風 ハーフカットコーン 切り目入り赤ウインナー インゲンと竹輪のソテー 白桃缶			白飯 三色ミンチ巻 かぼちゃ天ぷら マカロニのカレーソテー ほうれん草のソテー ツナと人参のしりしり			白飯 鶏肉のからあげ ブロッコリー 糸こんにゃくのきんぴら風 大豆と野菜のトマト煮 ミニカットりんご		
エネルギー 349kcal 脂質 7.0g たんぱく質 8.7g 食塩相当量 0.9g		エネルギー 387kcal 脂質 13.7g たんぱく質 13.3g 食塩相当量 2.3g			エネルギー 339kcal 脂質 7.3g たんぱく質 10.6g 食塩相当量 0.8g			エネルギー 375kcal 脂質 12.1g たんぱく質 7.1g 食塩相当量 1.4g			エネルギー 417kcal 脂質 16.0g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 0.7g		
27日(月)		28日(火)			29日(水)			30日(木)					
白飯 5種の野菜入りメンチカツ たけのこの天ぷら 小松菜とごぼうのソテー いんげんのツナ和え 金時豆		白飯 豆腐ハンバーグ ケチャップ スティックポテト ビーフン炒め キャベツと枝豆のサラダ 黄桃缶			白飯 イカの天ぷら とうもろこしのつまみあげ 豚肉の甘煮 ほうれん草のお浸し 大豆ひじき煮			白飯 三角春巻き 皮なしウインナー 筑前煮 ブロッコリーのイタリアンサラダ みかん缶					
エネルギー 413kcal 脂質 13.8g たんぱく質 8.0g 食塩相当量 0.5g		エネルギー 385kcal 脂質 11.4g たんぱく質 9.6g 食塩相当量 1.2g			エネルギー 407kcal 脂質 13.4g たんぱく質 13.2g 食塩相当量 0.7g			エネルギー 341kcal 脂質 8.2g たんぱく質 9.1g 食塩相当量 1.2g					