



6月

2日(月)	3日(火)	4日(水)世界の料理 (アメリカ)	5日(木)	6日(金)
カレーライス 大根サラダ ピーチヨーグルト	パン 三色野菜のスープ アジフライ トマトソースかけ プリン	ジャンバラヤ風 かぶのスープ ポテトサラダ キウイフルーツ	味噌ラーメン 餃子 フルーツポンチ 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	オムライスデミソースかけ 野菜スープ 人参サラダ パイナップル
655/25.4/3.9	650/27.1/3.8	658/23.9/3.7	761/27.3/10.5	688/25.7/4.0
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)世界の料理 (韓国)
ごはん みそ汁 カレイの西京焼き 金平ごぼう 蒸し饅頭	チーズハンバーガー 野菜スープ パプリカのマリネ オレンジ	冷やしたぬきうどん ブロッコリーのマヨ豆腐和え 水羊羹 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	中華丼 たっぷり葱生姜スープ もやしとほうれん草のナムル マンゴーダイスカット	ごはん わかめスープ ヤンニヨムチキン 青梗菜とハムの中華和え バナナ
656/23.3/4.2	621/25.5/4.1	656/22.6/10.0	622/29.1/3.3	677/33.3/3.3
16日(月)	17日(火) 世界の料理 (アメリカ)	18日(水)	19日(木)紫陽花御膳	20日(金)世界の料理 (中国)
ごはん みそ汁 鯖のカレー竜田揚げ 春雨サラダ カクテルゼリー	パン ★クラムチャウダー コールスローサラダ オレンジ	ミートソーススパゲティ グリーンサラダ いちごロールケーキ 紅茶	菜飯 清汁 赤魚の竜田揚げ 茶碗蒸し きなこわらび餅	ごはん スーミータン 麻婆茄子 涼拌三絲 キウイフルーツ
698/26.3/4.0	601/25.1/3.7	621/22.9/2.9	675/35.3/3.1	632/24.6/3.2
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
ごはん みそ汁 サーモンフライ&コロッケ 三色胡麻和え バナナ	パン 鶏肉の赤ワイン煮込み ごぼうと枝豆のサラダ パイナップル	担々麺 胡麻酢和え 杏仁豆腐 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	ごはん みそ汁 アシの南蛮漬け 切干大根煮 今川焼き	三色丼 清汁 がんもの含め煮 オレンジ
679/26.6/3.7	687/30.9/3.3	767/32.6/4.3	657/28.7/4.0	639/29.8/4.0
30日(月) 日本の郷土料理 (沖縄県)				
沖縄そば 焼売&海鮮餃子 パイナップル 麺の汁を全て飲んだ時の値です。				発注の都合により、献立内容が変更になる場合があります。麺の日は、塩分が高くなっていますが、汁を全て残せば塩分量は約半分以下になります。
607/28.3/6.8	カロリー/たんぱく質/塩分			

★←この星印は、利用者の方からのリクエストメニューの事です。給食で食べたいメニューがありましたら、栄養士にご連絡下さい。