

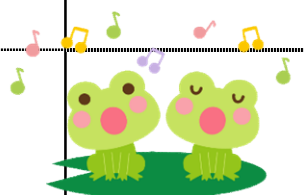
6月前半献立表

令和07年6月1日(日)～令和07年6月14日(土)

区分	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
昼食	■みそ豚丼 ■しゅうまい ■カリフラワーらっきょう酢和え	■白飯 ■かれいの梅煮 ■切干大根の煮物 ■オクラとみょうが酢の物	■シーフードカレー ■玉葱のマリネ ■フルーツポンチ	選択メニュー ■白飯 ■白身魚にんにくソース焼き ■茄子的カニあん ■青菜わさび和え ■ホットドッグ ■デザート	■白飯 ■鶏肉の塩唐揚げ ■里芋の味噌煮 ■胡瓜と人参酢の物	■白飯 ■鯖の甘煮 ■キャベツチャンプルー ■一口そば	■ちらし寿司 ■豚肉のブロッコリー炒め ■青菜磯辺和え
	801KC た20 脂29 炭108 塩2.7	524KC た20 脂4 炭96 塩2.9	648KC た15 脂15 炭110 塩2.4	469KC た21 脂3 炭87 塩1.8	651KC た19 脂16 炭103 塩2.0	607KC た26 脂11 炭97 塩2.9	659KC た18 脂17 炭105 塩2.7
夕食	■白飯 ■中華風旨煮 ■すき焼き風コロッケ ■インゲン胡麻味噌和え	■白飯 ■肉団子のもずくあん ■さつま芋のそぼろ煮 ■法蓮草ナムル	■白飯 ■蒸し魚レモン醤油 ■切り昆布とキノコ煮物 ■ポテトサラダ	■白飯 ■鶏肉味噌炒め ■海老団子煮物 ■白和え	■白飯 ■豚肉とゴーヤ昆布炒め ■蒸しぎょうざ ■ブロッコリー和え物	■白飯 ■ハンバーグのカレーソース煮 ■さつま芋のソテー ■スパゲティとブロッコリーサラダ	■白飯 ■アジフライ ■塩やきそば ■法蓮草和え物
	582KC た18 脂11 炭100 塩1.9	621KC た17 脂11 炭112 塩1.9	512KC た19 脂6 炭91 塩2.2	637KC た22 脂17 炭94 塩2.2	637KC た17 脂19 炭96 塩1.9	719KC た18 脂21 炭111 塩2.4	654KC た26 脂15 炭100 塩1.6
区分	8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
昼食	■白飯 ■たらの黄身焼き ■じゃが芋のカレー炒め ■梅春雨	■白飯 ■メンチカツ ■がんもの煮物 ■マカロニサラダ	■肉うどん ■ごぼうコーン炒め ■法蓮草和え物	■白飯 ■赤魚のオイスターソース煮 ■かぼちゃコロッケ ■カリフラワーの酢味噌和え	■ハヤシライス ■スナッペンとうのソテー ■フルーツ	■親子丼 ■じゃが芋やわか煮 ■ところ天	選択メニュー ■白飯 ■白身魚マリネ ■切り昆布煮物 ■インゲン胡麻味噌和え ■オムそば ■デザート
	538KC た19 脂5 炭100 塩2.0	743KC た22 脂26 炭102 塩2.0	569KC た18 脂17 炭81 塩8.3	527KC た19 脂7 炭93 塩1.8	756KC た14 脂29 炭105 塩2.4	576KC た18 脂12 炭95 塩1.6	523KC た20 脂7 炭92 塩2.0
夕食	■白飯 ■鶏肉チリソース炒め ■かぼちゃの煮物 ■キャベツ和え物	■白飯 ■豚肉ニンニク醤油炒め ■筍の煮物 ■胡瓜生姜酢和え	■白飯 ■めばるおろし煮 ■玉子と豆腐しんじょあんかけ ■とろろ芋	■白飯 ■旨辛チキン ■茄子卸しかけ ■青菜からし和え	■白飯 ■白身魚のソテー 中華ソースが ■大豆五目煮 ■ねばねばサラダ	■白飯 ■白身魚フライ ■肉詰め豆腐味噌煮 ■切干大根の和風ドレッシング和え	■白飯 ■鶏肉と野菜甘酢炒め ■シーフードスパゲティ ■コーンサラダ
	606KC た18 脂12 炭104 塩1.6	640KC た17 脂19 炭96 塩1.3	536KC た21 脂6 炭94 塩1.6	562KC た19 脂15 炭86 塩0.7	543KC た24 脂7 炭91 塩2.6	518KC た16 脂8 炭93 塩2.2	695KC た23 脂20 炭101 塩2.0

6月後半献立表

令和07年6月15日(日)～令和07年6月30日(月)

区分	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
昼食	■ちらし寿司 ■豚肉と大根中華煮 ■オクラ磯辺和え 674KC た18 脂19 炭104 塩2.7	■白飯 ■豆腐ハンバーグきのこあん ■ひじき煮物 ■法連草和え物 529KC た15 脂9 炭96 塩2.9	■白飯 ■鶏肉ポリネシアンソース ■ブロッコリーのあんかけ ■かぼちゃサラダ 644KC た19 脂17 炭101 塩1.7	■冷やしとろろそば ■イカと彩り野菜カツ ■胡瓜の香味和え 485KC た21 脂8 炭83 塩6.5	■白飯 ■白身魚の変わりソース ■きんぴらごぼう ■法連草わさび和え 574KC た20 脂11 炭96 塩2.0	■白飯 ■肉団子の生姜あんかけ ■卵焼き ■ヒジキとオクラ和え物 695KC た20 脂24 炭98 塩2.2	選択メニュー ■白飯 ■めばるの味噌昆布煮 ■若竹煮 ■青菜モヤシ磯辺和え ■そばいなり ■茶碗蒸し 501KC た22 脂5 炭90 塩1.9
夕食	■白飯 ■さばの胡麻がらめ焼き ■かぼちゃの甘煮 ■キャベツ甘酢和え 591KC た21 脂9 炭102 塩1.7	■白飯 ■デミソースかつ ■冬瓜のえびあん ■スパゲティーサラダ 688KC た22 脂22 炭95 塩1.7	■白飯 ■かれのいの甘煮 ■切干大根の煮物 ■青菜胡麻和え 514KC た23 脂5 炭91 塩1.8	■白飯 ■ゴーヤチャンプルー ■さつま芋のレモン煮 ■梅春雨 669KC た15 脂16 炭112 塩1.8	■白飯 ■肉じゃが ■茄子胡麻味噌かけ ■冷奴 634KC た16 脂18 炭97 塩1.6	■白飯 ■赤魚からし酢醤油煮 ■ジャーマンポテト ■きのこ和え物 582KC た20 脂11 炭95 塩2.4	■ポークカレー ■コールスロー ■ヨーグルト 668KC た13 脂22 炭100 塩2.7
区分	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
昼食	■白飯 ■アジ大葉フライ ■里芋の味噌煮 ■法連草和え物 612KC た25 脂11 炭100 塩1.6	■白飯 ■豚肉の紅生姜炒め ■かぼちゃの煮物 ■一口うどん 724KC た17 脂19 炭114 塩3.2	■ちらし寿司 ■筑前煮 ■青菜和え物 652KC た20 脂11 炭115 塩2.6	■白飯 ■蒸し魚の甘酢あん ■茄子の味噌炒め ■法連草和え物 472KC た20 脂2 炭89 塩1.7	■牛丼 ■玉子と豆腐しんじょあんかけ ■オクラおかか和え 735KC た17 脂30 炭94 塩2.2	■白飯 ■赤魚ゴマ焼き ■炒り豆腐 ■菜の花和え物 527KC た25 脂7 炭87 塩1.7	■ざるうどん ■チキンカツ ■胡瓜和え物 410KC た19 脂7 炭67 塩5.4
夕食	■白飯 ■鶏南蛮 タルタルソース ■海老団子煮物 ■3色豆 770KC た22 脂22 炭115 塩2.1	■白飯 ■たら山の山椒煮 ■しゅうまい ■インゲン胡麻味噌和え 593KC た23 脂9 炭100 塩2.6	■白飯 ■焼き鯖の土佐漬け ■肉詰め豆腐の煮物 ■マカロニサラダ 592KC た22 脂14 炭89 塩1.9	■白飯 ■煮込みハンバーグ ■冬瓜のそぼろ煮 ■カリフラワーの酢味噌和え 589KC た18 脂11 炭101 塩2.3	■白飯 ■エビカツ ■焼そば ■じゃが芋と玉葱サラダ 655KC た16 脂14 炭114 塩1.7	■白飯 ■甘酢チキン ■山芋の煮物 ■キャベツカレー風味和え 541KC た19 脂10 炭89 塩1.1	■白飯 ■さわらの焼き浸し ■筍と切り昆布煮物 ■納豆 557KC た25 脂11 炭85 塩1.2
区分	29(日)	30(月)					
昼食	■白飯 ■タンドリーチキン ■スパゲティソテー ■洋風おから 690KC た20 脂20 炭101 塩1.5	■白飯 ■鯖のおろし煮 ■ゴーヤのおかか炒め ■かぼちゃサラダ 665KC た23 脂19 炭93 塩1.8					
夕食	■白飯 ■めばるの梅煮 ■大豆五目煮 ■もやしナムル 572KC た25 脂8 炭96 塩2.7	■白飯 ■メンチカツ ■茄子のカニあん ■三色ピーマンらっきょう酢和え 599KC た15 脂12 炭104 塩1.7					

フードケアサービス福山
TEL 084-925-6022
FAX 084-944-6644

仕入れ状況により献立変更する場合がございます。