

献立表

6月6日 月	鯖の幽庵焼き ゴーヤチャンプルー ベビーバターコロッケ 熱量325kcal 蛋白質13.5g 塩分相当量2.4g
6月7日 火	チキンカツ～もみじおろし～ 焼売 イタリアンペンネ 熱量314kcal 蛋白質13.2g 塩分相当量1.8g
6月8日 水	イカ天&鶏天～チリソース～ 小松菜ごま和え 切干大根の煮つけ 熱量304kcal 蛋白質12.5g 塩分相当量1.7g
6月9日 木	新豆腐ふわふわ&南瓜 ミートコロッケ 白菜ツナマヨ和え 熱量279kcal 蛋白質8.2g 塩分相当量1.5g
6月10日 金	麻婆茄子 チキンナゲット 竹の子のおかか煮 熱量340kcal 蛋白質11.8g 塩分相当量1.6g
6月11日 土	鶏の片揚げ～デミソース～ 半平煮つけ コーンたっぷりフライ 熱量316kcal 蛋白質15.0g 塩分相当量1.3g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

献立表

6月13日 月	焼き肉風メンチカツ ポテトサラダ 豆乳がんもの煮つけ 熱量348kcal 蛋白質10.0g 塩分相当量2.3g
6月14日 火	鯖の塩焼き 揚げ餃子 ほうれん草ナムル 熱量278kcal 蛋白質15.4g 塩分相当量2.3g
6月15日 水	豆腐ハンバーグ～五目あん～ 金平牛蒡 チンゲン菜お浸し 熱量335kcal 蛋白質12.1g 塩分相当量1.8g
6月16日 木	豚の生姜焼き 糸切昆布煮 白菜辛子和え 熱量288kcal 蛋白質14.3g 塩分相当量1.8g
6月17日 金	豚カツ～オリジナルソース～ 梅紫蘇スパゲッティ 切干大根のカレー炒め 熱量322kcal 蛋白質11.8g 塩分相当量1.8g
6月18日 土	かき揚げ&えび天 落の炒め煮 ひじきサラダ 熱量288kcal 蛋白質10.1g 塩分相当量2.1g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

献立表

6月 20日 月	鯖の照り漬け焼き 蓮根五目煮 キャベツ焼き 熱量279kcal 蛋白質13.7g 塩分相当量2.0g
6月 21日 火	イカの揚げ煮 牛肉コロッケ ほうれん草のサラダ 熱量334kcal 蛋白質10.3g 塩分相当量2.2g
6月 22日 水	ハンバーグ～サルサソース～ 山菜信田煮 小松菜のお浸し 熱量326kcal 蛋白質14.5g 塩分相当量2.4g
6月 23日 木	ハムカツ&お好み焼き 糸切昆布の酢の物 ツイストマカロニ (ペペロンチーノ) 熱量322kcal 蛋白質12.8g 塩分相当量1.2g
6月 24日 金	油淋鶏 インゲン炒め煮 ちくわわさび和え 熱量322kcal 蛋白質12.8g 塩分相当量1.2g
6月 25日 土	鯖の竜田揚げ 蓮根の天ぷら コーンたっぷりフライ 熱量270kcal 蛋白質11.4g 塩分相当量2.0g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

献立表

6月 27日 月	イカバーグ&さつま芋天 蓮根の味噌煮 がんもの煮つけ 熱量330kcal 蛋白質11.0g 塩分相当量2.0g
6月 28日 火	鶏の片揚げ&三角春巻き 金平牛蒡 マカロニサラダ 熱量342kcal 蛋白質15.7g 塩分相当量1.1g
6月 29日 水	豚カツ～胡麻味噌掛け～ 焼売 半平の煮つけ 熱量317kcal 蛋白質14.4g 塩分相当量2.0g
6月 30日 木	ハンバーグ&チキングリル 切干サラダ タコキャベツカツ 熱量319kcal 蛋白質14.4g 塩分相当量1.8g
7月 1日 金	カニ時雨オムレツ～中華あん～ 塩焼きそば カレーコロッケ 熱量339kcal 蛋白質9.6g 塩分相当量2.2g
7月 2日 土	メンチカツ 信田煮 枝豆マリネ 熱量327kcal 蛋白質13.7g 塩分相当量1.8g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ