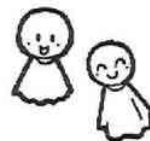




平成27年6月・7月予定献立表



※誕生日会は6月末日です

6/18 (木) ~ 6/20 (土)	6/22 (月) ~ 6/24 (水)	6/25 (木) ~ 6/27 (土)	6/29 (月) ~ 7/1 (水)	7/2 (木) ~ 7/4 (土)
<p>ご飯 魚のフライ やもといものわさび酢和え 漬物 じゃがいもの味噌汁</p> <p>(511kcal 塩分 4.2g)</p>	<p>ご飯 サバの塩焼き 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の和えもの 漬物 大根の味噌汁</p> <p>(558kcal 塩分 4.2g)</p>	<p>ハヤシライス 人参サラダ 漬物 千切り野菜のスープ</p> <p>(731kcal 塩分 4.2g)</p>	<p>ご飯 鮭の南蛮漬け 揚げだし豆腐 なすとピーマンの味噌炒め 漬物 長いもの味噌汁</p> <p>(695kcal 塩分 4.6g)</p>	<p>カツ丼 ほうれん草の白和え 漬物 きのこの味噌汁</p> <p>(608kcal 塩分 4.4g)</p>
<p>プリン (159kcal塩分0g)</p> 	<p>チョコケーキ (60kcal塩分0.02g)</p>	<p>春巻きリンゴパイ (50kcal塩分0g)</p>	<p>バナナケーキ (62kcal塩分0.01g)</p>	<p>トマト寒天 (62kcal塩分0g)</p>

7/6 (月) ~ 7/8 (水)	7/9 (木) ~ 7/11 (土)	7/13 (月) ~ 7/15 (水)
<p>七夕そうめん 鶏肉の青のり揚げ 玉子豆腐 かぼちゃの含め煮 果物(すいか)</p> <p>(503kcal 塩分 5.3g)</p>	<p>ご飯 ゆで豚の酢味噌がけ 切干大根の煮物 ほうれん草のおひたし 漬物 じゃがいもと玉ねぎの味噌汁</p> <p>(597kcal 塩分 5.0g)</p>	<p>ご飯 鶏の酒蒸し なすの煮おろし 茶碗蒸し すまし汁</p> <p>(509kcal 塩分 5.3g)</p>
<p>フルーツゼリー (74kcal塩分0g)</p>	<p>牛乳寒天 (70kcal塩分0.03g)</p>	<p>ババロア (156kcal塩分0.1g)</p>

