

6月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1日	2日	3日	4日	5日	6日
鶏の唐揚げ スパゲティサラダ 若竹煮 黄桃缶 202 Kcal	サケの塩焼き オムレツハーフ 春雨のそぼろ炒め物 半月かまぼこ キャンディチーズ 132 Kcal	コーンクリームフライ 豚ロース西京焼き ごまドレサラダ マンゴープリン 240 Kcal	サバみりん焼き 厚焼き玉子 肉じゃが カニしぐれ パイン缶 150 Kcal	トリ天 ツナサラダ 切り干し大根の煮物 フルーツMIX缶 153 Kcal	白身魚フライ ナムル風 千ジャオロースー イカすい身巻き キウイフルーツ 200 Kcal
8日	9日	10日	11日	12日	13日
トンカツ ナポリタン 塩マーボ豆腐 タコウィンナー いちご杏仁豆腐 297 Kcal	エビフライ フレンチサラダ 切り昆布の煮物 中華ポテト 132 Kcal	ネミメンチ 酢の物 根菜煮 切り出し豚 りんごダイス缶 176 Kcal	ハンバーグ玉葱ソース エビチリソース ひじきの炒め煮 ぶちもっちな(いちご) 228 Kcal	魚の唐揚げ ポテトサラダ ビビンバ 海の星型なると ぶどうゼリー 214 Kcal	イカカツ 煮浸し 回鍋肉風 ミカン缶 192 Kcal
15日	16日	17日	18日	19日	20日
親子煮風カツ イタリアンサラダ ミートボールとまと煮風 マンゴープリン 213 Kcal	エビカツ 昆布和え ゴマしゃぶ風 カニしぐれ りんごダイス缶 249 Kcal	鶏肉の唐揚げ 海藻サラダ 八宝菜風 フルーツMIX缶 188 Kcal	さわらの西京焼き さつま芋の天ぷら ケチャップ炒め タコウィンナー キャンディチーズ 187 Kcal	ハンバーグ カレー 煮浸し 黄桃缶 215 Kcal	赤魚みりん焼き 大根サラダ ネギ塩焼き肉 半月かまぼこ グレープフルーツ 170 Kcal
22日	23日	24日	25日	26日	27日
いか天ぷら マカロニサラダ 酢豚 海の星型なると みかん缶 184 Kcal	塩焼き鳥風 みそ金平 カニ豆腐風 ぶちもっちな(いちご) 144 Kcal	ヒレカツ 春雨サラダ ツナじゃが イカすい身巻き ぶどうゼリー 196 Kcal	エビフライ マカロニサラダ 豚肉の生姜焼き いちご杏仁豆腐 185 Kcal	梅風味のチキンカツ 青しそサラダ スパゲティミートソース 切り出し豚 パイン缶 175 Kcal	サバの味噌煮 ソテー 肉豆腐 オレンジ 135 Kcal
29日	30日				
チーズインメンチカツ 根菜サラダ 昆布の煮物 中華ポテト 193 Kcal	白身魚フライ ポテトサラダ 春雨の炒め物 海の星型なると 黄桃缶 179 Kcal				

☆仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

* ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス
☎(554)1612 FAX(553)7959