

# 6月 献立表

平成28年6月

期 間 : 2016/6/1 ~ 2016/6/30

弘学館 給食室

日清医療食品 九州CK

	日		月		火		水		木		金		土																																																						
							1		2		3		4																																																						
朝	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p><b>特別給食 6月2日(木)</b></p> <div style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; color: red;"> <p>今月の特別食は「ティラミス」 です。お楽しみに♪♪</p> </div> <p><b>今月の行事食</b></p> <p>☆ご当地グルメ☆ 6/17 愛媛県ご当地メニュー ☆特産商品☆ 6/27 福岡県特産 ラー麦麺</p> <p><b>新メニュー</b></p> <p>6/9 豚肉の塩ダレ焼き</p> </div> <div style="width: 50%;"> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>パン(今川焼き風パン他2種)</td> <td>米飯</td> <td>パン(食パン他2種)</td> <td>米飯</td> </tr> <tr> <td>牛肉のデミソースかけ</td> <td>ふんわり天の煮付け</td> <td>スクランブルエッグ ▲</td> <td>温泉卵</td> </tr> <tr> <td>ほうれん草と</td> <td>チンゲン菜の中華炒め</td> <td>コールスローサラダ</td> <td>さんま蒲焼き</td> </tr> <tr> <td>ウインナーのソテー</td> <td>ふりかけ</td> <td>カレースープ</td> <td>白菜の海苔和え</td> </tr> <tr> <td>パンブキンスープ</td> <td>味噌汁(里芋・玉葱)</td> <td>牛乳</td> <td>味噌汁(茄子・油揚げ)</td> </tr> <tr> <td>牛乳</td> <td></td> <td></td> <td>ジョア</td> </tr> </table> </div> </div>														パン(今川焼き風パン他2種)	米飯	パン(食パン他2種)	米飯	牛肉のデミソースかけ	ふんわり天の煮付け	スクランブルエッグ ▲	温泉卵	ほうれん草と	チンゲン菜の中華炒め	コールスローサラダ	さんま蒲焼き	ウインナーのソテー	ふりかけ	カレースープ	白菜の海苔和え	パンブキンスープ	味噌汁(里芋・玉葱)	牛乳	味噌汁(茄子・油揚げ)	牛乳			ジョア																													
	パン(今川焼き風パン他2種)	米飯	パン(食パン他2種)	米飯																																																															
牛肉のデミソースかけ	ふんわり天の煮付け	スクランブルエッグ ▲	温泉卵																																																																
ほうれん草と	チンゲン菜の中華炒め	コールスローサラダ	さんま蒲焼き																																																																
ウインナーのソテー	ふりかけ	カレースープ	白菜の海苔和え																																																																
パンブキンスープ	味噌汁(里芋・玉葱)	牛乳	味噌汁(茄子・油揚げ)																																																																
牛乳			ジョア																																																																
昼	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>チーズカレー</td> <td>米飯</td> <td>サフランライス</td> <td>米飯</td> </tr> <tr> <td>ミニサクサクサラダ ●</td> <td>鶏の野辺焼き</td> <td>メダイのパン粉焼き ☆</td> <td>スパゲティミートソース</td> </tr> <tr> <td>フルーツ杏仁</td> <td>付)ごぼう炒め・ブロッコリー</td> <td>イタリアンサラダ</td> <td>グリーンサラダ ●</td> </tr> <tr> <td>福神漬</td> <td>ひじきと大豆の煮物</td> <td>冬瓜スープ</td> <td>ジュリアンスープ ●</td> </tr> <tr> <td>牛乳</td> <td>味噌汁(小松菜・麩)</td> <td>牛乳</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td><b>ティラミス</b></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>牛乳</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>														チーズカレー	米飯	サフランライス	米飯	ミニサクサクサラダ ●	鶏の野辺焼き	メダイのパン粉焼き ☆	スパゲティミートソース	フルーツ杏仁	付)ごぼう炒め・ブロッコリー	イタリアンサラダ	グリーンサラダ ●	福神漬	ひじきと大豆の煮物	冬瓜スープ	ジュリアンスープ ●	牛乳	味噌汁(小松菜・麩)	牛乳			<b>ティラミス</b>				牛乳																											
チーズカレー	米飯	サフランライス	米飯																																																																
ミニサクサクサラダ ●	鶏の野辺焼き	メダイのパン粉焼き ☆	スパゲティミートソース																																																																
フルーツ杏仁	付)ごぼう炒め・ブロッコリー	イタリアンサラダ	グリーンサラダ ●																																																																
福神漬	ひじきと大豆の煮物	冬瓜スープ	ジュリアンスープ ●																																																																
牛乳	味噌汁(小松菜・麩)	牛乳																																																																	
	<b>ティラミス</b>																																																																		
	牛乳																																																																		
夕	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>米飯</td> <td>米飯</td> <td>米飯</td> <td>米飯</td> </tr> <tr> <td>和風ハンバーグ</td> <td>白身魚の香味焼き</td> <td>牛肉の韓国風焼き</td> <td>チキン南蛮 ☆</td> </tr> <tr> <td>付)カットコーン</td> <td>付)筍炒め・アスパラソテー</td> <td>付)れんこん塩炒め・ピーマン</td> <td>付)粉吹き芋</td> </tr> <tr> <td>いんげんソテー</td> <td>大根サラダ ●</td> <td>春雨の酢の物</td> <td>スナッペンどう</td> </tr> <tr> <td>胡瓜の和風サラダ</td> <td>豚肉ともやしのスープ</td> <td>清汁(ちくわ・わかめ)</td> <td>野菜のマリネ(玉葱・胡瓜)</td> </tr> <tr> <td>味噌汁(白菜・椎茸)</td> <td>牛乳</td> <td>牛乳</td> <td>ポタージュースープ</td> </tr> <tr> <td>牛乳</td> <td></td> <td></td> <td>牛乳</td> </tr> </table>														米飯	米飯	米飯	米飯	和風ハンバーグ	白身魚の香味焼き	牛肉の韓国風焼き	チキン南蛮 ☆	付)カットコーン	付)筍炒め・アスパラソテー	付)れんこん塩炒め・ピーマン	付)粉吹き芋	いんげんソテー	大根サラダ ●	春雨の酢の物	スナッペンどう	胡瓜の和風サラダ	豚肉ともやしのスープ	清汁(ちくわ・わかめ)	野菜のマリネ(玉葱・胡瓜)	味噌汁(白菜・椎茸)	牛乳	牛乳	ポタージュースープ	牛乳			牛乳																									
米飯	米飯	米飯	米飯																																																																
和風ハンバーグ	白身魚の香味焼き	牛肉の韓国風焼き	チキン南蛮 ☆																																																																
付)カットコーン	付)筍炒め・アスパラソテー	付)れんこん塩炒め・ピーマン	付)粉吹き芋																																																																
いんげんソテー	大根サラダ ●	春雨の酢の物	スナッペンどう																																																																
胡瓜の和風サラダ	豚肉ともやしのスープ	清汁(ちくわ・わかめ)	野菜のマリネ(玉葱・胡瓜)																																																																
味噌汁(白菜・椎茸)	牛乳	牛乳	ポタージュースープ																																																																
牛乳			牛乳																																																																
				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>1人分*-</td> <td>2962kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>2505kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>2933kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>2556kcal</td> </tr> <tr> <td>蛋白質</td> <td>101.5g</td> <td>蛋白質</td> <td>110.1g</td> <td>蛋白質</td> <td>109g</td> <td>蛋白質</td> <td>86.8g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム</td> <td>1188mg</td> <td>カルシウム</td> <td>964mg</td> <td>カルシウム</td> <td>927mg</td> <td>カルシウム</td> <td>731mg</td> </tr> <tr> <td>鉄</td> <td>10.5mg</td> <td>鉄</td> <td>11.7mg</td> <td>鉄</td> <td>7.9mg</td> <td>鉄</td> <td>8mg</td> </tr> </table>		1人分*-	2962kcal	1人分*-	2505kcal	1人分*-	2933kcal	1人分*-	2556kcal	蛋白質	101.5g	蛋白質	110.1g	蛋白質	109g	蛋白質	86.8g	カルシウム	1188mg	カルシウム	964mg	カルシウム	927mg	カルシウム	731mg	鉄	10.5mg	鉄	11.7mg	鉄	7.9mg	鉄	8mg																														
1人分*-	2962kcal	1人分*-	2505kcal	1人分*-	2933kcal	1人分*-	2556kcal																																																												
蛋白質	101.5g	蛋白質	110.1g	蛋白質	109g	蛋白質	86.8g																																																												
カルシウム	1188mg	カルシウム	964mg	カルシウム	927mg	カルシウム	731mg																																																												
鉄	10.5mg	鉄	11.7mg	鉄	7.9mg	鉄	8mg																																																												
朝	5		6		7		8		9		10		11																																																						
朝	米飯		パン		米飯		パン(味ロール他2種)		米飯		パン(クッキーメロン他2種)		米飯																																																						
	厚揚げと野菜の中華炒め		(キャラメルトースト他2種)		卵とじ		ポイルウインナー ▲		ミンチ天		チキンナゲット		厚焼き卵																																																						
昼	もやしの和え物		ミートボールデミグラスソース		ほうれん草のくすみ和え		キャベツのドレッシング和え		ピーマンの佃煮風		小松菜とベーコンのソテー		鶏ごぼう																																																						
	のり佃煮		エスニックソテー		ふりかけ		ミルクスープ		ふりかけ		ミネストローネ ▲		高菜油炒め																																																						
夕	味噌汁(ほうれん草・えのき)		田舎野菜スープ		味噌汁(椎茸・麩)		牛乳		味噌汁(大根・大根菜)		牛乳		味噌汁(冬瓜・油揚げ)																																																						
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳																																																						
朝	ホットドッグ		米飯		米飯		ビーフカレー		米飯		菜めし		塩ラーメン																																																						
	クリームサラダ ▲		鶏肉の香味ソース		鮭のチーズ焼き		ミニグリーンサラダ ●		豚肉の塩だれ焼き		鯖の塩焼き		梅しそご飯																																																						
昼	クリームシチュー		付)揚げ茄子		付)スパゲティソテー		フルーツ寒天		付)チンゲン菜ソテー		付)筍炒め・絹さやソテー		キャベツの昆布和え																																																						
	牛乳		にんにくの芽ソテー		ブロッコリー		福神漬		カットコーン		ポテトサラダ		牛乳																																																						
夕	牛乳		南瓜の煮物		チリコンカーン		牛乳		くらげの中華和え		豚汁		牛乳																																																						
	牛乳		味噌けんちん汁		コンソメスープ		牛乳		ワンタンスープ		牛乳		牛乳																																																						
朝	米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		米飯		米飯																																																						
	鱈の照り焼き		牛肉のごま炒め		とんかつ		チキンステーキ		赤魚の生姜煮		ビーフジンジャー 入梅		豚肉の味噌炒め																																																						
昼	付)ふかし芋・枝豆		付)コーンソテー		付)れんこん炒め		付)もやしソテー		付)里芋煮・花人参		付)グリル野菜・ブロッコリー		付)焼き南瓜・そら豆																																																						
	切干大根の炒め煮		絹さやソテー		アスパラソテー ●		スナッペンどう		しらたき炒め		ドレッシングサラダ		カニカマと白菜の香りและ																																																						
夕	赤だし(あさり・巻麩)		胡瓜とわかめの酢の物		野菜サラダ		大学芋		五目焼きビーフン		コンソメスープ		清汁(エリンギ・花麩)																																																						
	牛乳		清汁(蒲鉾・しめじ)		味噌汁(じゃが芋・油揚げ)		ザーサイスープ		味噌汁(卵・わかめ)		(玉葱・セロリ)		牛乳																																																						
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		青梅ゼリー ●		牛乳																																																							
				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>1人分*-</td> <td>2763kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>2852kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>2570kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>3172kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>2697kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>3047kcal</td> <td>1人分*-</td> <td>2515kcal</td> </tr> <tr> <td>蛋白質</td> <td>106.3g</td> <td>蛋白質</td> <td>109.2g</td> <td>蛋白質</td> <td>97.9g</td> <td>蛋白質</td> <td>100.3g</td> <td>蛋白質</td> <td>103.2g</td> <td>蛋白質</td> <td>108.3g</td> <td>蛋白質</td> <td>89.4g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム</td> <td>1092mg</td> <td>カルシウム</td> <td>1040mg</td> <td>カルシウム</td> <td>944mg</td> <td>カルシウム</td> <td>987mg</td> <td>カルシウム</td> <td>809mg</td> <td>カルシウム</td> <td>1103mg</td> <td>カルシウム</td> <td>597mg</td> </tr> <tr> <td>鉄</td> <td>17.8mg</td> <td>鉄</td> <td>9.1mg</td> <td>鉄</td> <td>11.8mg</td> <td>鉄</td> <td>8.1mg</td> <td>鉄</td> <td>8.7mg</td> <td>鉄</td> <td>10.5mg</td> <td>鉄</td> <td>9.6mg</td> </tr> </table>		1人分*-	2763kcal	1人分*-	2852kcal	1人分*-	2570kcal	1人分*-	3172kcal	1人分*-	2697kcal	1人分*-	3047kcal	1人分*-	2515kcal	蛋白質	106.3g	蛋白質	109.2g	蛋白質	97.9g	蛋白質	100.3g	蛋白質	103.2g	蛋白質	108.3g	蛋白質	89.4g	カルシウム	1092mg	カルシウム	1040mg	カルシウム	944mg	カルシウム	987mg	カルシウム	809mg	カルシウム	1103mg	カルシウム	597mg	鉄	17.8mg	鉄	9.1mg	鉄	11.8mg	鉄	8.1mg	鉄	8.7mg	鉄	10.5mg	鉄	9.6mg						
1人分*-	2763kcal	1人分*-	2852kcal	1人分*-	2570kcal	1人分*-	3172kcal	1人分*-	2697kcal	1人分*-	3047kcal	1人分*-	2515kcal																																																						
蛋白質	106.3g	蛋白質	109.2g	蛋白質	97.9g	蛋白質	100.3g	蛋白質	103.2g	蛋白質	108.3g	蛋白質	89.4g																																																						
カルシウム	1092mg	カルシウム	1040mg	カルシウム	944mg	カルシウム	987mg	カルシウム	809mg	カルシウム	1103mg	カルシウム	597mg																																																						
鉄	17.8mg	鉄	9.1mg	鉄	11.8mg	鉄	8.1mg	鉄	8.7mg	鉄	10.5mg	鉄	9.6mg																																																						

## ~6/17 愛媛県ご当地~

## 福岡特産 筑後うどん(6/27)

### ◆今治焼豚玉子飯

愛媛県今治市の名物料理の1つであり、B級グルメでもある。米飯の上に薄くきった焼豚をのせ、さらに半熟の目玉焼きを乗せてから焼豚のタレで味付けした丼物料理である。

### ◆石花汁

今治市大島の石切り職人の間でまかない料理としてふるまわれていた料理。大島では、四半世紀前までは瀬戸貝と呼ばれる地元特産の貝が多くとれていた。その貝をたっぷりを使い、豪快に大鍋で煮るのが石切り場の男料理として有名であった。

「ラー麦麺」とは、ラーメン用小麦”ラー麦”を使用した麺です。このラー麦は福岡県が全国に先駆けてラーメン用品種の開発に挑戦し、H19年度に福岡のラーメンに最適な品種として開発した小麦です。ラー麦は、麺にした時、色が明るく、コシが強い、又ゆで伸びしにくい等の特性を備えています。今回、ラー麦のよさを十分に引き出したオリジナルのラーメンを作りました。美しい自然の中で作られた今回だけしか味わえない麺をご賞味ください。

日 12		月 13		火 14		水 15		木 16		金 17		土 18																						
朝 米飯 がんもの煮付け オクラのなめたけ和え ふりかけ 味噌汁(チンゲン菜・巻麩) 牛乳		パン(食パン他2種) ロールキャベツ マカロニサラダ イタリアン野菜スープ 牛乳		米飯 納豆 ちくわの甘辛煮 小松菜の辛子和え 味噌汁(里芋・玉葱)		パン(チーズ蒸しパン他2種) プレーンオムレツ アスパラとコーンのソテー オニオンスープ 牛乳 ▲		米飯 牛肉とピーマンの塩カレー炒め チンゲン菜のボン酢和え ふりかけ 味噌汁(玉葱・麩)		パン(味ロール他2種) 豚肉のケチャップ炒め 南瓜サラダ コンソメスープ (ウインナー・小松菜) 牛乳		米飯 ニラ卵 ブロッコリーサラダ ふりかけ 味噌汁(さつまいも・玉葱)																						
昼 ピビンバ 温泉卵 大根の梅和え もずくスープ 牛乳		米飯 豚肉の生姜焼き 付)ふかし芋・れんこん金平 ほうれん草の錦糸和え 赤だし(なめこ・油揚げ) 牛乳		麦ご飯 かれいのごま焼き 付)しらたき炒め 絹さやソテー レバーの旨煮 豚肉ともやしのスープ 牛乳		米飯 鶏肉のニンニク醤油焼き 付)ごぼう炒め・枝豆 刻み昆布の煮物 味噌汁(白菜・油揚げ) 牛乳		アメリカンバーガー(他1種) 生野菜サラダ シーフードチャウダー ▲ フルーツ(バナナ) ● 牛乳		今治焼豚玉子飯 ドレッシングサラダ ● 石花汁 フルーツ(りんご) ●		ちやんぼん 肉焼売 海藻サラダ																						
タ 米飯 鶏肉のマスタード焼き 付)フライドポテト トマトのオープン焼き せん切り野菜サラダ ● ポタージュスープ ●		米飯 鱈の南蛮漬け風 付)ｽｷｯﾌﾟ えんどう 炒り豆腐 味噌汁(南瓜・玉葱) 牛乳		米飯 牛肉の和風炒め キャベツのぬた和え 清汁(とろろ昆布・花麩) 牛乳		カレーライス ミニナッツサラダ ● フルーツ (アメリカンチェリー・洋梨缶) 福神漬 牛乳		米飯 メダイの梅肉ソース 付)ほうれん草ソテー・筍炒め 筑前煮 かき玉汁 牛乳		米飯 鶏マヨ 付)もやしソテー にんにくの芽ソテー 茄子の涼拌(リャンパン) 春雨のスープ 牛乳		米飯 牛肉の葱塩焼き 付)カットコーン アスパラソテー 白菜の炒め煮 けんちん汁 牛乳																						
19	2892kcal	102.8g	848mg	10.3mg	20	2897kcal	103.5g	1134mg	9.3mg	21	2535kcal	110.4g	929mg	16.8mg	22	3104kcal	106.6g	1085mg	9.7mg	23	2585kcal	102.5g	917mg	9.4mg	24	3056kcal	113.8g	811mg	11.3mg	25	2522kcal	96.4g	638mg	9.2mg
朝 米飯 とりつくね いんげんのピーナッツ和え のり佃煮 味噌汁(もやし・しめじ) 牛乳		パン(ピザパン他2種) ▲ ベーコンエッグ ほうれん草とコーンのソテー トマトスープ 牛乳		米飯 温泉卵 ミンチ天 小松菜のしらす炒め 味噌汁(茄子・玉葱)		コロケバーガー(他1種) スライスチーズ フレンチサラダ 田舎野菜スープ 牛乳		米飯 牛肉の甘辛炒め 胡瓜と沢庵の和え物 ふりかけ 味噌汁(冬瓜・油揚げ)		パン(食パン他2種) ポイルウインナー ▲ スパゲティサラダ コンソメスープ (玉葱・セロリ) 牛乳		米飯 納豆 ししゃも 白菜キムチ 味噌汁(南瓜・油揚げ)																						
昼 和風ピザトースト(他1種) サラダロールフライ ● マカロニソテー パンブキンシチュー 牛乳		米飯 とんかつ 付)せんキャベツ・ミニトマト 五目焼きビーフン ● わかめスープ ジュース(アップル)		米飯 鯖の塩焼き 付)大根おろし・レモン れんこんの炒め煮 赤だし(なめこ・巻麩) 牛乳		チキンカレー ミニ野菜サラダ ● フルーツポンチ 福神漬 牛乳		坦々麺 梅菜飯 もやしとハムの ごまソース和え 牛乳		ひすいご飯 鶏肉の照り焼き 付)大根金平・揚げ茄子 小松菜の錦糸和え 味噌汁(里芋・玉葱) 牛乳		貝うどん ごま塩ごはん 肉団子																						
タ 米飯 鮭のレモン風味焼き 付)しらたき炒め スナッパえんどう 肉じゃが(豚肉) 味噌汁(青菜・油揚げ)		米飯 鶏肉のもろみ焼き 付)里芋煮・そら豆 胡瓜の酢の物 清汁(エリンギ・花麩) 牛乳		米飯 牛肉のトマトソース煮 付)バジルポテト ブロッコリー ドレッシングサラダ ビーンズスープ 牛乳		米飯 鯖の竜田焼き 付)アスパラソテー コーンソテー 南瓜の煮物 豚汁 牛乳		米飯 豚肉のゆず胡椒炒め 付)さつまいも煮 スナッパえんどう ごぼうサラダ 清汁(カニカマ・白菜) 牛乳		米飯 ほうれん草と きのこのオムレツ ▲ 付)ミニポテト・人参甘煮 グリーンサラダ ● ポタージュスープ フルーツ(オレンジ)		米飯 青椒肉絲 韓国風サラダ 中華スープ 牛乳																						
19	2880kcal	108g	1120mg	9.2mg	20	2870kcal	99.8g	757mg	9.3mg	21	2654kcal	100.7g	840mg	10.8mg	22	3012kcal	100.6g	1158mg	8.5mg	23	2959kcal	103.1g	754mg	10.1mg	24	2886kcal	101.8g	933mg	10.4mg	25	2578kcal	85.6g	601mg	16.1mg
朝 米飯 肉詰めいなり ほうれん草のおかか和え ふりかけ 味噌汁(じゃが芋・麩) 牛乳		セルフサンド 茹卵 ★ ロースハム スライスチーズ ツナマヨ パスタ入りスープ 牛乳		米飯 豚肉と白菜の中華炒め オクラと長芋の和え物 ふりかけ 味噌汁(しめじ・大根葉)		パン(味ロール他2種) ミートボールシャリアピン ウインナーと チンゲン菜のソテー トマトスープ 牛乳		米飯 だし巻き卵 ポテトサラダ 味噌汁(もやし・油揚げ) クロレラ																										
昼 豚玉丼 胡瓜の昆布和え 清汁(はんぺん・小松菜) 牛乳		米飯 牛肉のスタミナ炒め もやしのナムル ● ラーメン汁(ラー麦麺) 牛乳		米飯 鶏肉のこんがり焼き 付)ふかし芋・枝豆 金平ごぼう 味噌汁(モロヘイヤ・油揚げ) 牛乳		エッグカレー ミニカリカリしらすサラダ ぶるぶるデザート(チョコ味) 福神漬 ● 牛乳		米飯 鶏の唐揚げ 付)せんキャベツ・レモン 冬瓜の煮物 ビーフンスープ ● 牛乳																										
タ 米飯 鶏肉の焼き鳥風味 付)れんこん炒め にんにくの芽ソテー うま塩キャベツ 味噌汁(大根・椎茸)		麦ご飯 白身魚の西京焼き 付)筍炒め・絹さやソテー 筑前煮 清汁(ちくわ・わかめ) 牛乳		米飯 麻婆豆腐 大根サラダ ● 卵スープ 牛乳		米飯 鯖のみりん焼き 付)カットコーン スナッパえんどう 五目大豆 味噌汁(茄子・玉葱) フルーツ(グレープフルーツ)		米飯 豚肉のバーベキューソース 付)ペロンチーノ アスパラソテー イタリアンサラダ オニオンスープ 牛乳																										
19	2682kcal	104.8g	869mg	9.9mg	20	2840kcal	121.7g	1092mg	8.6mg	21	2602kcal	108.7g	982mg	11.4mg	22	2956kcal	96.3g	917mg	10.1mg	23	2989kcal	108g	958mg	8.3mg										

## 旬の素材

今月は果物に  
アメリカンチェリー  
を取り入れています。



- ☆は、タルタルが付きまます。
- ★は、マヨネーズが付きまます。
- は、ドレッシングが付きまます。
- ▲は、ケチャップが付きまます。
- は、ソースが付きまます。



※ 献立は食材の状況等により、若干変更になる場合がありますのでご了承ください。