

ミライフプロジェクト新瑞橋

令和6年6月

献立表（前半）

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------|
|  | | | | | 1 |
| | | | | | ご飯 ささみフライ パンプキンサラダ 味噌汁 465kcal |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ご飯 カレイの煮付 さつまいもと豆昆布の和え物 味噌汁 422kcal | ご飯 野菜のかき揚げ 鶏のすき煮 味噌汁 514kcal | ご飯 鶏のオニオンソース 大根のカニあんかけ 味噌汁 450kcal | ご飯 サケの塩焼き 筑前煮 味噌汁 400kcal | ご飯 八宝菜 焼きビーフン 中華スープ 501kcal | ご飯 イワシの生姜焼き 海老団子と大根の煮物 味噌汁 417kcal |
| 麻婆茄子丼 | ナポリタンスパゲティ | 焼きそば | カレーライス | ささみ味噌カツ丼 | ミートスパゲティ |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ご飯 ミニチキンカツ ブロッコリーのお浸し 味噌汁 410kcal | ご飯 ミートローフ 野菜のコンソメ煮 味噌汁 502kcal | ご飯 黒ムツの煮付 キャベツの酢の物 味噌汁 473kcal | ご飯 牛うま煮 お楽しみ惣菜 味噌汁 550kcal | ご飯 アジのトマト煮 ごぼうサラダ 味噌汁 513kcal | ご飯 赤魚の西京焼き 大根のカニあんかけ 味噌汁 401kcal |
| きのこそば(温) | 焼きうどん | 豚生姜焼き丼 | ざるそば+一品 | 揚げ玉豆腐丼 | 味噌だれチキン丼 |

ミライフプロジェクト新瑞橋 令和6年6月 献立表(後半)

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------|
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| ご飯 タラの塩麹焼き 肉じゃが 味噌汁 400kcal | ご飯 アジの西京焼き 五目きんぴら 味噌汁 400kcal | ご飯 牛焼肉 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 500kcal | ご飯 サハの照り焼き さつま芋と豆昆布の和え物 味噌汁 484kcal | ご飯 メンチカツ 白菜のお浸し 味噌汁 559kcal | 親子丼 きんぴらごぼう 味噌汁 524kcal |
| ミートスパゲティ | たぬきうどん(温) | ぶっかけうどん(冷) | 担々麺風うどん (麻婆豆腐入り) | きのこそば(温) | ざるそば+一品 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| ご飯 照り焼きハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁 570kcal | ご飯 チキンのトマトソース 花野菜の洋風煮 味噌汁 450kcal | ご飯 赤魚の西京焼き 揚げ茄子の煮浸し 味噌汁 445kcal | ご飯 あじフライ 白和え 味噌汁 523kcal | ご飯 豚生姜焼き 野菜のコンソメ煮 味噌汁 461kcal | ご飯 サンマのみぞれ煮 肉じゃが 味噌汁 424kcal |
| ざるうどん+一品 | 麻婆豆腐丼 | かき揚げそば(温) | 中華丼 | ナポリタンスパゲティ | きつね蕎麦(温) |

* 選択メニューには副菜等も含まれます。

* メニューは変更となる場合があります。

