

月	火	水	木	金	土
					
2	3	4	5	6	7
ご飯 サンマのみぞれ煮 厚揚げ彩り炒め 味噌汁 439kcal	五目御飯 彩り野菜のよせ揚げ キャベツの酢の物 味噌汁 464kcal	ご飯 赤魚の西京焼き 肉じゃが 味噌汁 400kcal	ご飯 ネギ塩豚ロース焼き 切り干し大根の煮付 味噌汁 465kcal	ご飯 牛肉コロッケ 白菜のお浸し 味噌汁 505kcal	ご飯 サバ塩焼き きんぴらごぼう 味噌汁 479kcal
牛焼肉丼	ナポリタンスパゲティ	ミニチキンカツ丼	焼きそば	ざるそば ＋一品	ごまダレピリ辛うどん
9	10	11	12	13	14
ご飯 鶏肉のデミグラスソース 花野菜の洋風煮 味噌汁 450kcal	ご飯 おろしボン酢ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁 632kcal	ご飯 サバ味噌煮 きんぴらごぼう お吸い物 510kcal	ご飯 タラ塩麹焼き 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 400kcal	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 五目きんぴら 味噌汁 400kcal	ご飯 豚ロース生姜焼き オクラと湯葉のおかか和え 味噌汁 455kcal
きのこそば(温)	焼きうどん	親子丼	甘辛チキン丼	大人のお子様ランチ	ミートスパゲティ

ミライフプロジェクト新瑞橋 令和7年6月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
16	17	18	19	20	21
ご飯 牛うま煮 わかめと水くわいの酢の物 味噌汁 531kcal	ご飯 サワラ野菜入り煮付 海老団子と大根の煮物 味噌汁 432kcal	五目御飯 豆腐ローフ かぼちゃの含め煮 味噌汁 465kcal	ご飯 豚の甘酢あんかけ 鶏そぼろ中華春雨 中華スープ 462kcal	ご飯 ビーマンの肉詰め 野菜のマリネ 味噌汁 414kcal	ご飯 あじフライ 小松菜のお浸し 味噌汁 419kcal
焼きそば	豚生姜焼き丼	サラダうどん(冷)	ためきうどん(温)	和風スパゲティ	ぶっかけうどん(冷)
23	24	25	26	27	28
ちらし寿司 タラ塩麹焼き 青菜の煮浸し 味噌汁 400kcal	ご飯 お魚色々定食 黒酢春雨サラダ 味噌汁 450kcal	ご飯 グリルチキン 彩野菜と昆布の和え物 味噌汁 403kcal	ご飯 チキンピカタ 野菜のマリネ オニオンコンソメスープ 520kcal	ご飯 サーモンソテー オクラと山芋サラダ 味噌汁 450kcal	ご飯 豆腐ハンバーグ 牛肉ごぼう 味噌汁 543kcal
きつねそば(温)	きのこうどん(温)	ざるそば 十一品	冷やし担々麺風そうめん	角煮チャーハン	カレーライス
30	 ＊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。				
ご飯 豚ロース生姜焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁 441kcal					
中華丼					