

現場：浮間舟渡園  
献立種類：常食



## 献立表

### 入梅

	日 8	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14
朝食	御飯 さんまのみぞれ煮 春菊の和え物 味噌汁(たまねぎ) 白桃缶	梅美御飯 切干大根煮 カリフラワーの胡麻和え 味噌汁(キャベツ) フルーツカクテル缶	御飯 ふわふわエッグ 大根のサラダ りんご缶 牛乳	御飯 白菜と揚げの煮びたし 卵豆腐 みかん缶 牛乳	かおり御飯 鶏と里芋の煮物 キャベツの和風サラダ 洋梨缶 牛乳	麦御飯 厚揚げと野菜の煮物 とろろ汁 パイ缶 牛乳	御飯 がんもと野菜の煮物 白菜のお浸し すまし汁(春菊) 黄桃缶
昼食	ポークカレー ハムアスパラソテー コールスローサラダ フルーツヨーグルト	御飯 穴子の卵とじ 炒り豆腐 胡瓜とわかめの酢の物 洋梨缶	御飯 鮭ときのこのガリバタ焼き 青梗菜のポン酢和え もやし中華スープ 黄桃缶	ざるうどん 夏野菜の天ぷら 信田巻煮 パイナップル	食パン スペイン風オムレツ ほうれん草のシーザーサラダ オニオンスープ フルーツカクテル缶	御飯 さわらのカレー炒めかけ かぶと水菜のサラダ 味噌汁(かぼちゃ) 白桃缶	サンドイッチ(ツナ・卵・ジャム) 鶏肉と野菜のトマト煮込み バナナ 牛乳
夕食	御飯 海鮮豆腐旨煮 かぶとベーコンの中華炒め いんげんとささみのサラダ かっぱ漬	御飯 ハニーマスタードチキン れんこんきんぴら ゆずみそ 牛乳	御飯 回鍋肉 冬瓜の中華風煮 トマトとツナのサラダ 赤じその実漬	御飯 鰯の南蛮漬 スライスオニオン花鰹 味噌汁(小松菜) 黒豆煮	御飯 太刀魚の煮付け さつまいもレモン煮 ブロッコリーサラダ たくあん漬	御飯 玉ねぎだれの油淋鶏 いんげんレモンバターソテー カリフラワーとツナのサラダ ザーサイ漬	御飯 肉味噌豆腐 ごぼう土佐煮 菜花の和風サラダ のり佃煮
3時	杏仁豆腐 レモン風味	ブルーチェピーチ	黒ごまプリン	アップル&ピーチケーキ	黒蜜きな粉ゼリー	蒸しまんじゅう(抹茶)	ハッピーターン
栄養価	エネルギー 1641kcal 蛋白質 54.2g 脂質 39.8g 炭水化物 251.1g 食塩 6.9g	エネルギー 1603kcal 蛋白質 54.6g 脂質 28g 炭水化物 267.4g 食塩 5.9g	エネルギー 1633kcal 蛋白質 54.3g 脂質 37.2g 炭水化物 257.6g 食塩 5.8g	エネルギー 1607kcal 蛋白質 56.2g 脂質 48.1g 炭水化物 224.3g 食塩 6.1g	エネルギー 1643kcal 蛋白質 53.2g 脂質 38.7g 炭水化物 256.9g 食塩 6.5g	エネルギー 1628kcal 蛋白質 53.2g 脂質 35.6g 炭水化物 260.7g 食塩 5.9g	エネルギー 1610kcal 蛋白質 53.6g 脂質 43.8g 炭水化物 235.8g 食塩 5.9g

#### 6月11日 入梅(にゅうばい)って?

「梅雨入りの日」とされ、この日から約1ヶ月間を「梅雨」と呼びますが、現在では気象庁の出す「梅雨入り宣言」が目安として使われています。  
天ぷらはえび、なす、オクラ、かぼちゃ、しそと多くあります。お楽しみにしてください。

