



様

## 献立予定表

令和元年 7月

小金井市障害者福祉センター

月	火	水	木	金
1 ごはん みそ汁 とんかつ あえもの 700 Kcal	2 ごはん みそ汁 魚(きんめ)梅煮 サラダ 650 Kcal	3 ごはん みそ汁 なすのはさみ揚げ あえもの 690 Kcal	4 ごはん みそ汁 豚肉の薬味煮 あえもの 670 Kcal	5 たなばたそうめん あげもの あえもの おにぎり 670 Kcal
8 ごはん みそ汁 とり肉てりやき サラダ 670 Kcal	9 ごはん みそ汁 コロッケ あえもの 690 Kcal	10 ★ 選択食 Aとんこつラーメン Bしょうゆラーメン 揚げギョーザ あえもの A690 B690Kcal	11 豚井 すまし汁 あえもの えだまめ 660 Kcal	12 ごはん みそ汁 サケのムニエル あえもの まっちゃババロア 680 Kcal
	16 ごはん みそ汁 マーボー豆腐 サラダ 660 Kcal	17 ★ 選択食 ごはん みそ汁 Aさばのみそ煮 Bピーマン肉詰め焼き あえもの A650 B670Kcal	18 パン 牛乳 ロールキャベツ フルーツ 650 Kcal	19 ごはん みそ汁 春巻 あえもの 690 Kcal
22 ひじきごはん みそ汁 タラときのこの ホイル焼き サラダ 690 Kcal	23 夏野菜カレー スープ サラダ ヨーグルト 680 Kcal	24 ごはん みそ汁 和風ハンバーグ あえもの 680 Kcal	25 冷やし中華 スープ しゅうまい あえもの 650 Kcal	26 うな卵丼(うなぎ) すまし汁 あえもの フルーツポンチ 650 Kcal
29 ごはん みそ汁 焼き魚(サケ) あえもの 650 Kcal	30 ごはん みそ汁 からあげ サラダ 690 Kcal	31 チポリタン スープ サラダ フルーツ 670 Kcal		

\*都合により献立を変更する場合がありますのでよろしくお願いいたします。

毎日の給食の写真を公開しています!

小金井市障害者福祉センターのホームページ内の「ブログ」で給食の様子を紹介していますので、是非ご覧ください。



ブログ QRコード

