

予 定 献 立 表

2024年6月1日～6月15日

《 ミニ栄養メモ 》

日	朝 食	昼 食	夕 食	kcal
1日 (土)	バターロール・くるみロール・牛乳 スクランブルエッグ・ミネストローネ・フルーツ	カレーライス たたき胡瓜和え物・ピーチゼリー	ご飯・からすがれい照焼・みそ汁 山芋梅肉和え・茄子とピーマン鍋しぎ	1771
2日 (日)	ご飯・納豆・しらすねぎ炒り卵 みそ汁・浅漬	塩ラーメン・大根サラダ フルーツ・牛乳	ご飯・鯖のみそ田楽 南瓜煮付・お浸し・清汁	1574
3日 (月)	パン・マーガリン・スペイン風オムレツ キャベツの豆乳スープ・フルーツ・牛乳	ご飯・鶏肉の唐揚・おろし和え のっぺい汁・漬物	ご飯・あじの生姜焼 茄子のごま煮・お浸し・みそ汁	1702
4日 (火)	ご飯・笹かまもみおろし ポテト炒め煮・みそ汁・佃煮	魚介のトマトクリームスパゲッティ・牛乳 茹かキャベツのサラダ・アメリカンチェリー	ご飯・豚肉の梅肉蒸し 切り昆布炒り煮・お浸し・みそ汁	1653
5日 (水)	パン・マーガリン・ツナサラダ パンプキンスープ・フルーツ・牛乳	にぎり寿司・お浸し・潮汁	麦飯・炊き合わせ・とろろ芋 ごま和え・みそ汁	1716
6日 (木)	バターロール&ミルクロール・ジャム・牛乳 スクランブルエッグ・コンソメスープ・フルーツ	ご飯・鮭の塩焼・きんぴらごぼう 酢の物・みそ汁	ご飯・コロッケ&えびフライ ひじき煮・なめこ汁	1610
7日 (金)	ご飯・納豆・青菜のさつと煮 みそ汁・ゆかり和え	あんかけそば・すいか・牛乳	ご飯・鶏肉のソテー 変わり奴・お浸し・みそ汁	1577
8日 (土)	パン・マーガリン・ベーコンエッグ コンソメスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・赤魚おろし煮・みそ汁 キャベツ和え物・たたきごぼうのごま酢	ご飯・ピーマンの肉詰・みそ汁 卵豆腐あんかけ・茄子の和え物	1612
9日 (日)	ご飯・まぐろ角煮・煮浸し みそ汁・漬物	冷麦・かき揚げ 梅ゼリー・牛乳	ご飯・八宝菜or鶏肉とカシューナッツ炒 め【選択食】・胡瓜もみ・みそ汁	1542
10日 (月)	カレーパンorパンケーキ【選択食】 ウインナーソテー・コンソメスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・豚肉生姜焼・ポテトサラダ ひじき煮・みそ汁	ご飯・めかじきの香味焼き 信田煮・水菜の白和え風・清汁	1725
11日 (火)	ご飯・市松煮・華風和え みそ汁・梅干	サラダうどん・和菓子 フルーツ・牛乳	ご飯・鰯フライ うの花炒り・みそ汁	1629
12日 (水)	パン・マーガリン・巣ごもり卵 白菜のミルクスープ・フルーツ・牛乳	ご飯・いわしの生姜煮【*骨ごと喫食可】 トマトとオクラ和え物・もずく酢・みそ汁	ご飯・煮込みハンバーグ 和風サラダ・みそ汁・漬物	1672
13日 (木)	バターロール・クロワッサン・スープ煮 ポテトのチーズ焼・フルーツ・牛乳	ご飯・鮭のさっぱり焼・磯香和え さつま芋レモン煮・みそ汁	ご飯・鶏肉と夏野菜鍋照 おろし和え・みそ汁・漬物	1627
14日 (金)	ご飯・納豆・切干大根煮付 みそ汁・佃煮	長崎ちゃんぽん・牛乳かん・牛乳	ご飯・金目鯛照煮・冷奴 酢の物(トコレン)・みそ汁	1578
15日 (土)	パン・マーガリン・オムレツ コーンポタージュ・フルーツ・牛乳	ご飯・鶏肉の香味だれ・佃煮 冬瓜うすくず煮・みそ汁	ご飯・マーボー豆腐 オクラおろし・華風スープ	1740

★6月～9月の暑い季節は 食中毒予防強化期間です★

予防法三原則



1. 微生物をつけない
手洗いと消毒(ラビショット等の使用)・調理場の衛生管理を徹底します。

2. 微生物を増やさない
食品調理を無菌的に行うのは困難であり、微生物を増やさないことがとても重要です。
・調理された食品はできるだけ早く食べる。
・食品は冷蔵保存する。

3. 微生物をやっつける
大多数の微生物は熱に弱いので、食品の中心部まで十分に加熱することが有効です。

厨房でも細心の注意をはらって調理業務を行ってまいります。皆さんも自己管理をよろしくお願いいたします。

<お知らせ>
*9日夕と10日朝の選択食は4日頃までに希望集約します。(※一部の方対象外)

