

スペシャルメニューデイ  
六月六日(木)昼食



お品書き

- ・ 五目ごはんの具
- ・ 牛バラ大根
- ・ 関西風だし巻き玉子
- ・ ちくわときゅうりの梅マヨ和え

ごはんは素のみの提供となります。各施設様で精白米と炊いてお召し上がり下さい。

\*ごはん、すまし汁は盛り付けイメージのためつきません。



いつもスマイルパックをご利用いただき、誠にありがとうございます。  
商品とサービスの改善のため、お客様の声を是非お聞かせください。こちらのQRを読み込んでいただき、ご回答いただけますよう、よろしくお願いたします。



<https://smilepack.jp/menu/>  
毎月の献立はこちらでもご覧いただけます。

SMILE PACK  
スマイルパック

## スペシャルメニューデー

6/1(土) 鶏肉の南蛮漬け

6/2(日) エビニラ饅頭

6/3(月) 焼きもろこし天

6/6(木) 関西風だし巻き玉子

6/7(金) 青菜の錦糸卵和え

6/19(水) 栗の渋川煮

6/20(木) 中華風オムレツ

6/26(水) 桜えびとわかめの中華和え

6/28(金) チーズポテトフライ



# 〈2024年6月 献立表〉




日付	6月1日 土
朝食	じゃが芋の煮物(温) たこざんぎ風天(温) ふりかけ(冷)
エネルギー	107Kcal
塩分	1.4g
昼食	鶏肉南蛮漬け(温) 大根と油揚げの煮物(温) なすのなめたけ和え(冷)
エネルギー	239Kcal
塩分	2.3g
夕食	豚肉のくわやき風(温) 竹輪のゆかり揚げ(温) ほうれん草わさびクリーム和え(冷)
エネルギー	349Kcal
塩分	1.8g
たんぱく	38.3g
エネルギー	695Kcal

\* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。  
 あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。  
 (温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



# 〈2024年6月 献立表〉

日付	6月2日 日	6月3日 月	6月4日 火	6月5日 水	6月6日 木	6月7日 金	6月8日 土
朝食	マカロニのマスタード炒め(温) 豆腐ナゲット(温)	大根のおかか煮(温) 焼きもろこし天(温) なめたけ(冷)	さば青しそ風味焼き(温) もやしのごま酢和え(冷) つけもの(冷)	青菜の和風煮(温) 野菜肉巻き(温) つけもの(冷)	ミートソースペンネ(温) ミニフランクフルト(温)	人参きのこ炒め(温) 肉詰めいなり(温) つけもの(冷)	彩り野菜のうま煮(温) チヂミ風天(温) つけもの(冷)
エネルギー	203Kcal	82Kcal	176Kcal	62Kcal	168Kcal	111Kcal	79Kcal
塩分	0.8g	1.4g	1g	1.5g	2g	1.1g	1.7g
昼食	カレー鶏じゃが(温) エビニラ饅頭(温) おぐらのピリ辛ピーナッツ和え(冷)	あじの塩麹焼き(温) 大豆煮(温) ポテトサラダ(冷)	ジャンボ焼売(温) チンゲン菜オイスター煮(温) かぼちゃサラダ(冷)	豚肉のデミグラスソース煮(温) かにかまフライ(温) キャベツのお浸し(冷)	<b>五目ごはんの具(冷)</b> <b>牛バラ大根(温)</b> <b>関西風だし巻き玉子(温)</b> <b>ちくわときゅうりの梅マヨ和え(冷)</b> 	味噌カツ(温) カリフラワーのソテー(温) 青菜の錦糸卵和え(冷)	肉団子のトマト煮込み(温) ツナとコーンのスパゲティ(温) なすのおかかポン酢和え(冷)
エネルギー	278Kcal	231Kcal	336Kcal	265Kcal	368Kcal	277Kcal	388Kcal
塩分	2.1g	1.9g	2.5g	2g	3.2g	2.5g	3.5g
夕食	とん平焼き風オムレツ(温) ひじきの煮物(温) たらこ和え(冷)	エビカツ(温) 白菜のコンソメ煮(温) きゅうりの昆布和え(冷)	鶏肉のネギ塩レモン炒め(温) きんぴらごぼう(温) なすの揚げ浸し(冷)	ほっけのごまがらめ(温) 大根の煮物(温) きしめんサラダ(冷)	照り焼き豆腐ハンバーグ(温) 豚ニラ炒め(温) レーズンスイートポテト(冷)	ブリの生姜煮(温) 鶏肉のさっぱり煮(温) マカロニサラダ(冷)	かにたま(温) 野菜炒め(温) わかめの酢の物(冷)
エネルギー	199Kcal	214Kcal	281Kcal	228Kcal	242Kcal	302Kcal	190Kcal
塩分	3.6g	2.7g	2.1g	1.8g	1.9g	2.4g	2.9g
たんぱく	34.3g	35.4g	35.7g	35.2g	30.8g	34.6g	30.1g
エネルギー	680Kcal	527Kcal	793Kcal	555Kcal	778Kcal	690Kcal	657Kcal

\* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。  
あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。  
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。





# 〈2024年6月 献立表〉

日付	6月9日 日	6月10日 月	6月11日 火	6月12日 水	6月13日 木	6月14日 金	6月15日 土
朝食	ほうれん草ソテー(温) ベーコン(温)	車麩と野菜の煮物(温) ソーセージ天(温) つけもの(冷)	冬瓜の煮物(温) 紅生姜さつま揚げ(温) つけもの(冷)	厚揚げの高菜炒め(温) 肉団子(温) つくだに(冷)	ジャーマンポテト(温) コールスローサラダ(冷)	大根の炒め煮(温) なすの南蛮漬(冷) ふりかけ(冷)	がんも煮(温) きゅうりのしらす生姜和え(冷) つけもの(冷)
エネルギー	155Kcal	96Kcal	113Kcal	159Kcal	225Kcal	143Kcal	118Kcal
塩分	1.7g	2g	2.1g	1.9g	1.9g	1.5g	2g
昼食	あさりと白菜のあんかけ(温) チーズはんぺんフライ(温) ピーマンのお浸し(冷)	メンチカツ(温) じゃがいもの青のりバター炒め(温) 生酢(冷)	カレイ山椒風味焼き(温) 卵の花(温) キャベツのゆかり和え(冷)	若鶏の唐揚げ(温) 炒めビーフン(温) わかめのナムル(冷)	煮込みハンバーグ(温) カレースパゲティ(温) 千草和え(冷)	豚肉と野菜の魚介醤油煮(温) 枝豆オムレツ(温) 玉ねぎサラダ(冷)	醤油ラーメン(温) 竹輪の三色揚げ(温) おくらのごま和え(冷)
エネルギー	212Kcal	336Kcal	166Kcal	390Kcal	433Kcal	242Kcal	360Kcal
塩分	2.3g	2g	2.1g	2.6g	3.8g	1.2g	6.2g
夕食	太刀魚のバター醤油焼き(温) タイ風米粉焼きそば(温) キャベツの磯香和え(冷)	豚肉の生姜炒め(温) 桜えびオムレツ(温) スパサラダ(冷)	鶏肉のチリソース炒め(温) ミニコロッケ(温) 落の土佐和え(冷)	そぼろ丼(温) ワッフル型さつま揚げ(温) 切干大根のはりはり漬(冷)	五目豆腐(温) 醤油味のイカツ(温) もやしポン酢和え(冷)	さばの梅煮(温) 花野菜ソテー(温) 人参の明太子和え(冷)	松阪鶏焼肉風(温) ひじきおかか煮(温) パプリカのマリネ(冷)
エネルギー	256Kcal	278Kcal	234Kcal	254Kcal	164Kcal	243Kcal	329Kcal
塩分	1.6g	1.4g	1.8g	2g	2g	2.3g	1.7g
たんぱく	30.9g	30.7g	40.5g	43.6g	31.7g	32.6g	43.3g
エネルギー	623Kcal	710Kcal	513Kcal	803Kcal	822Kcal	628Kcal	807Kcal

\* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。  
あらかじめご了承ください。お願いいたします。  
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



# 〈2024年6月 献立表〉

日付	6月16日 日	6月17日 月	6月18日 火	6月19日 水	6月20日 木	6月21日 金	6月22日 土
朝食	ポトフ(温) マカロニサラダ(冷)	白菜の和風煮(温) 紅あずま甘露煮(冷) つけもの(冷)	あじのねぎ塩焼き(温) キャベツと桜エビのお浸し(冷) つけもの(冷)	さつま揚げ(温) アーモンド和え(冷) なめたけ(冷)	トマトクリーム煮(温) 中華風オムレツ(温)	関東風煮(温) コーンイカハンバーグ(温) つけもの(冷)	じゃがいものそぼろ煮(温) 生姜棒天(温) つけもの(冷)
エネルギー	150Kcal	95Kcal	115Kcal	101Kcal	91Kcal	110Kcal	116Kcal
塩分	2.1g	1.4g	1.6g	1.5g	1.4g	1.7g	1.7g
昼食	豆腐のひき肉とろとろあん(温) 厚焼玉子(温) 中華和え(冷)	赤魚の西京焼き(温) 大根のそぼろ煮(温) なすのおかかポン酢和え(冷)	ジャンボ肉団子(温) 小松菜ソテー(温) うの花サラダ(冷)	ますのムニエル(温) ウインナーとキャベツの Pasta(温) 玉ねぎのセンチエ和え(冷)	酢豚風炒め(温) ミニコーンフライ(温) 小松菜辛子マヨ和え(冷)	山菜ごはんの具(冷) コロケ(温) 白菜の中華煮(温) もやしのカレーおかか和え(冷)	太刀魚の山賊焼き(温) どて煮(温) かつお節サラダ(冷)
エネルギー	275Kcal	213Kcal	249Kcal	247Kcal	266Kcal	208Kcal	235Kcal
塩分	1.7g	1.7g	2g	1.7g	1.8g	2.9g	1.7g
夕食	カレイのバジルオイル焼き(温) 人参きんぴら(温) ぬた和え(冷)	豚肉の焼肉風炒め(温) 三角春巻(温) チーズペッパーポテトサラダ(冷)	ハムカツ(温) にんじんしりしり(温) きゅうりのごま醤油和え(冷)	厚揚げの和風カレー煮(温) 冬瓜の鶏だし煮(温) 栗の渋皮煮(冷)	サバの味噌煮(温) きんぴらごぼう(温) オクラのお浸し(冷)	ダッカルビ(温) 木の葉しんじょ(温) もずくの酢の物(冷)	豆腐と明太子のとろとろ煮(温) くわい入つくね(温) ブロッコリーのお浸し(冷)
エネルギー	212Kcal	274Kcal	282Kcal	248Kcal	294Kcal	239Kcal	199Kcal
塩分	2.7g	1.7g	2.1g	2.7g	2.2g	1.9g	3g
たんぱく	41.3g	30.7g	32.3g	36.1g	39.1g	30.8g	34.3g
エネルギー	637Kcal	582Kcal	646Kcal	596Kcal	651Kcal	557Kcal	550Kcal

\* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。  
あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。  
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



# 〈2024年6月 献立表〉

日付	6月23日 日	6月24日 月	6月25日 火	6月26日 水	6月27日 木	6月28日 金	6月29日 土
朝食	野菜のミルク煮(温) ミニオムレツ(温)	炒り煮(温) えび団子(温) つけもの(冷)	枝豆の豆腐ハンバーグ(温) きゅうりのねぎ塩和え(冷) つけもの(冷)	白菜ツナ煮(温) 厚焼玉子(温) つけもの(冷)	カブの洋風煮(温) 赤ウインナー(温)	大根とちくわの煮物(温) 旨辛チキン(温) つくだに(冷)	野菜の豚骨煮(温) 花形しんじょ(温) つけもの(冷)
エネルギー	77Kcal	109Kcal	75Kcal	110Kcal	94Kcal	100Kcal	74Kcal
塩分	1g	1.7g	0.9g	1.7g	1.1g	1.5g	1.6g
昼食	焼き鳥丼(温) たこ野菜カツ(温) わかめの中華風ごま酢和え(冷)	ますの照り焼き(温) 切干大根煮(温) ブロッコリーの明太和え(冷)	チキン南蛮(温) 卵の花(温) キャベツの柚子昆布和え(冷)	さわらの粕漬(温) 大根の甘辛煮(温) 桜えびとわかめの中華和え(冷)	カレー(温) チキンピカタ(温) ブロッコリーのおかかマヨ和え(冷) 福神漬(冷)	豚肉の甘酢炒め(温) チーズポテトフライ(温) 小松菜のおかか和え(冷)	厚揚げチャンプル(温) 春巻(温) おくらの梅和え(冷)
エネルギー	304Kcal	156Kcal	283Kcal	166Kcal	329Kcal	285Kcal	231Kcal
塩分	2.3g	1.6g	3.5g	2g	4.2g	2.1g	1.4g
夕食	ぶりの野菜あんかけ(温) 和風スパゲッティ(温) 人参のくるみ和え(冷)	焼きぎょうざ(温) レモン野菜炒め(温) トマトバジルポテトサラダ(冷)	ポークチャップ(温) 焼売(温) もやしのゆかり和え(冷)	ほたてのバター醤油炒め(温) メンチカツ(温) ほうれん草のわさび和え(冷)	たらの香草パン粉焼き(温) 豆ミンチのマーボー春雨(温) 人参サラダ(冷)	ミートボールカルボナーラソースかけ(温) じゃことキャベツのねぎ油炒め(温) 豆のごま和え(冷)	若鶏のレモンオイル焼き(温) トマトペンネ(温) キャベツと油揚げの煮浸し(冷)
エネルギー	303Kcal	264Kcal	283Kcal	238Kcal	215Kcal	272Kcal	388Kcal
塩分	2.9g	1.7g	1.8g	2.8g	2.5g	2.8g	3.3g
たんぱく	35.7g	30g	30.7g	35g	34.6g	34.4g	37.1g
エネルギー	684Kcal	529Kcal	641Kcal	514Kcal	638Kcal	657Kcal	693Kcal

\* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。  
 あらかじめご了承いただけるようお願いいたします。  
 (温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



## 〈2024年6月 献立表〉

日付	6月30日 日
朝食	野菜のトマト煮(温) チキンナゲット(温)
エネルギー	147Kcal
塩分	1.3g
昼食	赤魚のチーズハーブ焼き(温) 担々春雨(温) 青梗菜柚子和え(冷)
エネルギー	189Kcal
塩分	2.7g
夕食	豚肉のごま味噌マヨ炒め(温) 玉子巻き(温) 白菜の酢の物(冷)
エネルギー	270Kcal
塩分	1.9g
たんぱく	36.3g
エネルギー	606Kcal



\* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。  
あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。  
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。

SMILE PACK  
スマイルパック



# おやつ献立表

Dessert  
Menu

6月



SMILE PACK  
スマイルパック

<p>1 </p> <p>クレープ 容量 25 g エネルギー 58 kcal</p>	<p>2 </p> <p>プリン 容量 60 g エネルギー 73 kcal</p>	<p>3 </p> <p>抹茶まんじゅう 容量 40 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>4 </p> <p>オレンジゼリー 容量 40 g エネルギー 41 kcal</p>	<p>5 </p> <p>エクレア 容量 30 g エネルギー 93 kcal</p>	<p>6 </p> <p>ワッフル 容量 27 g エネルギー 67 kcal</p>	<p>7 </p> <p>水ようかん 容量 50 g エネルギー 55 kcal</p>	
<p>8 </p> <p>酒元饅頭 容量 40 g エネルギー 115 kcal</p>	<p>9 </p> <p>ストロベリーゼリー 容量 60 g エネルギー 58.8 kcal</p>	<p>10 </p> <p>お茶プリン 容量 40 g エネルギー 58 kcal</p>	<p>11 </p> <p>ミニたいやき 容量 40 g エネルギー 70 kcal</p>	<p>12 </p> <p>いちごシュークリーム 容量 22 g エネルギー 70.8 kcal</p>	<p>13 </p> <p>杏仁豆腐 容量 50 g エネルギー 71.5 kcal</p>	<p>14 </p> <p>ココアムース 容量 40 g エネルギー 60 kcal</p>	
<p>15 </p> <p>桃ゼリー 容量 60 g エネルギー 57.6 kcal</p>	<p>16 </p> <p>可寿饅頭 容量 40 g エネルギー 93 kcal</p>	<p>17 </p> <p>マンゴープリン 容量 40 g エネルギー 34 kcal</p>	<p>18 </p> <p>レモンゼリー 容量 50 g エネルギー 49.5 kcal</p>	<p>19 </p> <p>どらやき 容量 55 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>20 </p> <p>青りんごゼリー 容量 60 g エネルギー 62.4 kcal</p>	<p>21 </p> <p>焼ドーナツ 容量 23 g エネルギー 68 kcal</p>	
<p>22 </p> <p>田舎饅頭 容量 40 g エネルギー 110 kcal</p>	<p>23 </p> <p>おはぎ 容量 50 g エネルギー 118 kcal</p>	<p>24 </p> <p>ココアワッフル 容量 30 g エネルギー 87.9 kcal</p>	<p>25 </p> <p>チョコレート饅頭 容量 40 g エネルギー 85 kcal</p>	<p>26 </p> <p>ブルーベリーゼリー 容量 50 g エネルギー 55 kcal</p>	<p>27 </p> <p>いちごムース 容量 40 g エネルギー 65 kcal</p>	<p>28 </p> <p>鬼まんじゅう 容量 40 g エネルギー 80 kcal</p>	
<p>29 </p> <p>黒糖まんじゅう 容量 40 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>30 </p> <p>アセロラミルクゼリー 容量 40 g エネルギー 51 kcal</p>	<p>※写真はイメージです。 仕入れの都合により、メニューが変更する場合がございます。ご了承下さい</p>					