



献立表

	月 3月3日	火 3月4日	水 3月5日	木 3月6日	金 3月7日	土 3月8日
昼	鮭と大葉の御飯 すまし汁 (おひなず) 天ぷら 菜の花の和え物 マンゴー缶 エネルギー 462kcal 蛋白質 13.5g 脂質 6.0g 食塩 2.2g	米飯150g 味噌汁 鶏肉のオニオンソース ほうれん草とたらこの白和え バナナヨーグルト 大根の煮物 エネルギー 615kcal 蛋白質 24.4g 脂質 19.8g 食塩 2.9g	米飯150g 味噌汁 赤魚の粕漬け焼き マカロニサラダ フルーツカクテル 野菜角煮の煮物 エネルギー 615kcal 蛋白質 22.3g 脂質 20.7g 食塩 2.8g	米飯150g 味噌汁 鶏肉が-リックバター焼き さつまいもの煮物 りんご缶 切干ゆず香り和え エネルギー 555kcal 蛋白質 21.6g 脂質 9.5g 食塩 2.4g	米飯150g すまし汁 鰯の南蛮漬け焼き 冬瓜のカニカマあんかけ パイン缶 小松菜のお浸し エネルギー 473kcal 蛋白質 22.3g 脂質 5.5g 食塩 2.6g	米飯150g 味噌汁 ポークチャップ 里芋のミルク煮 洋梨缶 モロヘイヤのドレ和え エネルギー 578kcal 蛋白質 21.6g 脂質 12.3g 食塩 3.1g
	3時	プチケーキ エネルギー 58kcal 蛋白質 1.0g 脂質 2.9g 食塩 0.1g	抹茶ババロア エネルギー 68kcal 蛋白質 1.1g 脂質 2.8g 食塩 0.0g	鯛焼き エネルギー 59kcal 蛋白質 1.4g 脂質 0.3g 食塩 0.0g	クリームパン エネルギー 82kcal 蛋白質 1.4g 脂質 3.0g 食塩 0.1g	海老せんべい エネルギー 63kcal 蛋白質 1.2g 脂質 1.2g 食塩 0.2g
日計	エネルギー 520kcal 蛋白質 14.5g 脂質 8.9g 食塩 2.3g	エネルギー 683kcal 蛋白質 25.5g 脂質 22.6g 食塩 2.9g	エネルギー 674kcal 蛋白質 23.7g 脂質 21.0g 食塩 2.8g	エネルギー 637kcal 蛋白質 23.0g 脂質 12.5g 食塩 2.5g	エネルギー 536kcal 蛋白質 23.5g 脂質 6.7g 食塩 2.8g	エネルギー 647kcal 蛋白質 23.0g 脂質 15.2g 食塩 3.2g

献立変更する場合があります。ご了承ください