

施設：グリーンビレッジ朝霞台
食種：デイクア/A



献立表



	月	火	水	木	金	土	
	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	
昼	米飯150 g 味噌汁 ポークチャップ ひじきサラダ マンゴー缶 スクランブルエッグ	味噌ラーメン 餃子 菜の花のサラダ フルーツヨーグルト	米飯150 g 味噌汁 鮭の柚子焼き 南瓜サラダ パイン缶 金平ごぼう	米飯150 g すまし汁 柳川風煮 キャベツと大豆のソテー 黄桃缶 春菊のおかか和え	米飯150 g すまし汁 鰯の西京焼き もやしナムル りんご缶 茄子の煮浸し	エビピラフ コンソメスープ 南瓜コロッケ 白桃缶 春雨サラダ	
	エネルギー 636kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 19.5 g 食塩 3.3 g	エネルギー 534kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 10.6 g 食塩 2.6 g	エネルギー 537kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 10.3 g 食塩 2.8 g	エネルギー 521kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 10.7 g 食塩 3.4 g	エネルギー 501kcal 蛋白質 22.4 g 脂質 11.0 g 食塩 2.7 g	エネルギー 597kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 16.7 g 食塩 3.0 g	
3時	ソフトサラダせんべい	抹茶饅頭	バナナババロア	ピーナツパン	芋ようかん	バームクーヘン	
	エネルギー 70kcal 蛋白質 0.6 g 脂質 2.6 g 食塩 0.3 g	エネルギー 50kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 0.1 g 食塩 0.0 g	エネルギー 68kcal 蛋白質 1.1 g 脂質 2.8 g 食塩 0.0 g	エネルギー 89kcal 蛋白質 2.1 g 脂質 3.8 g 食塩 0.2 g	エネルギー 74kcal 蛋白質 0.8 g 脂質 0.5 g 食塩 0.0 g	エネルギー 95kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 4.0 g 食塩 0.1 g	
日計	エネルギー 706kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 22.1 g 食塩 3.6 g	エネルギー 584kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 10.7 g 食塩 2.6 g	エネルギー 605kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 13.1 g 食塩 2.8 g	エネルギー 610kcal 蛋白質 22.3 g 脂質 14.5 g 食塩 3.6 g	エネルギー 575kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 11.5 g 食塩 2.7 g	エネルギー 692kcal 蛋白質 15.7 g 脂質 20.7 g 食塩 3.1 g	

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ 肉野菜炒め
- ・ ぎょうざ
- ・ 菜の花のサラダ
- ・ フルーツヨーグルト

献立変更する場合があります。ご了承ください