

献立表

	月	火	水	木	金	土	
	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	
昼	米飯150 g 味噌汁 ムツの煮付け 里芋のサラダ マンゴー缶 大根の田楽	米飯150 g 味噌汁 参鶏湯風 アスパラサラダ 白桃缶 春雨の炒め物	オクラとろろそば しゅうまい かぶのサラダ フルーツヨーグルト	米飯150 g コンソメスープ 豚肉と玉葱のｽﾀﾐﾅ炒め ほうれん草のソテー パイ缶 切干ゆず香り和え	米飯150 g 味噌汁 ホキのオーロラソース 桜えびとパプリカの炒め物 黄桃缶 オクラのゆかり和え	米飯150 g コーンスープ テリヤキチキン セロリとレーズンのサラダ みかん缶 大豆のトマト煮	
	エネルギー 561kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 13.3 g 食塩 2.8 g	エネルギー 545kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 11.4 g 食塩 3.6 g	エネルギー 504kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 7.2 g 食塩 2.4 g	エネルギー 522kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 12.1 g 食塩 3.4 g	エネルギー 498kcal 蛋白質 24.0 g 脂質 7.5 g 食塩 2.8 g	エネルギー 550kcal 蛋白質 25.2 g 脂質 9.0 g 食塩 2.2 g	
3時	チョコパン	柚子ケーキ	バニラババロア	星形せんべい	紅茶ゼリー	豆乳饅頭	
	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 2.6 g 食塩 0.1 g	エネルギー 78kcal 蛋白質 1.4 g 脂質 3.9 g 食塩 0.1 g	エネルギー 69kcal 蛋白質 1.1 g 脂質 2.8 g 食塩 0.0 g	エネルギー 70kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 2.6 g 食塩 0.2 g	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.2 g 脂質 1.4 g 食塩 0.0 g	エネルギー 76kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 0.2 g 食塩 0.1 g	
日計	エネルギー 633kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 15.9 g 食塩 2.9 g	エネルギー 623kcal 蛋白質 24.9 g 脂質 15.3 g 食塩 3.7 g	エネルギー 573kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 10.0 g 食塩 2.4 g	エネルギー 592kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 14.7 g 食塩 3.6 g	エネルギー 556kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 8.9 g 食塩 2.8 g	エネルギー 626kcal 蛋白質 26.7 g 脂質 9.2 g 食塩 2.3 g	

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ しゅうまい
- ・ かぶのサラダ
- ・ とろろ和え
- ・ 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