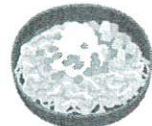


献立表



	月	火	水	木	金	土	
	1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	
昼	エビピラフ コンソメスープ ポテトグラタン風 パイン缶 オクラのドレ和え	米飯150 g すまし汁 ホキのグリーンソース ブロccoli-サラダ みかん缶 金平ごぼう	米飯150 g 味噌汁 バジルチキン もやし炒め マンゴー缶 スパゲッティサラダ	米飯150 g コンソメスープ コロッケ きのこのバターソテー フルーツカクテル ブロccoli-サラダ	米飯150 g すまし汁 ホッケの梅煮 里芋のサラダ 黄桃缶 切干大根煮	おろしそば 茄子の味噌炒め さつま芋サラダ 洋梨缶 	
	エネルギー 518kcal 蛋白質 12.8 g 脂質 11.7 g 食塩 3.3 g	エネルギー 471kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 7.2 g 食塩 2.9 g	エネルギー 594kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 18.7 g 食塩 3.7 g	エネルギー 543kcal 蛋白質 11.5 g 脂質 15.5 g 食塩 2.9 g	エネルギー 545kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 9.1 g 食塩 3.5 g	エネルギー 553kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 10.5 g 食塩 2.7 g	
3時	今川焼	芋ようかん	オレンジケーキ	チョコパン	パウンドケーキ	マンゴープリン	
	エネルギー 69kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 1.1 g 食塩 0.2 g	エネルギー 51kcal 蛋白質 0.7 g 脂質 0.5 g 食塩 0.0 g	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.4 g 脂質 2.4 g 食塩 0.1 g	エネルギー 86kcal 蛋白質 1.8 g 脂質 3.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 91kcal 蛋白質 1.8 g 脂質 3.0 g 食塩 0.1 g	エネルギー 65kcal 蛋白質 0.9 g 脂質 2.1 g 食塩 0.1 g	
日計	エネルギー 587kcal 蛋白質 14.3 g 脂質 12.8 g 食塩 3.5 g	エネルギー 522kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 7.7 g 食塩 2.9 g	エネルギー 666kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 21.1 g 食塩 3.8 g	エネルギー 629kcal 蛋白質 13.3 g 脂質 18.6 g 食塩 3.0 g	エネルギー 636kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 12.1 g 食塩 3.6 g	エネルギー 618kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 12.6 g 食塩 2.8 g	

献立変更する場合があります。ご了承ください

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ 茄子の味噌炒め
- ・ ほうれん草のおろし煮
- ・ さつま芋サラダ
- ・ 洋梨缶