

## 献立表

	月 3月30日	火 3月31日	水 4月1日	木 4月2日	金 4月3日	土 4月4日
昼	<b>きつねそば</b> えびしゅうまい オクラの海苔和え 洋梨缶	米飯150g すまし汁 赤魚の香味焼き 白菜のコンソメ煮 黄桃缶 チンゲン菜のわさび和え	桜ちらし すまし汁 かき揚げ 菜の花とふきの梅ジュレかけ いちごプリン	米飯150g すまし汁 ホキのクリーム煮 かぶのカニカマあんかけ りんご缶 卵の花	米飯150g スープ 鶏肉の味噌マヨ炒め 長芋サラダ フルーツカクテル 金平ごぼう	米飯150g 味噌汁 メバルの煮付け ほうれん草のソテー パイン缶 香の物
	エネルギー 496kcal 蛋白質 20.9g 脂質 7.2g 食塩 3.2g	エネルギー 490kcal 蛋白質 19.5g 脂質 7.1g 食塩 3.0g	エネルギー 472kcal 蛋白質 10.7g 脂質 7.2g 食塩 2.8g	エネルギー 477kcal 蛋白質 18.6g 脂質 6.8g 食塩 2.7g	エネルギー 500kcal 蛋白質 21.1g 脂質 8.5g 食塩 3.0g	エネルギー 449kcal 蛋白質 19.2g 脂質 5.7g 食塩 3.5g
3時	今川焼き	<b>コーヒーゼリー</b>	ぼたぼた焼き	黒糖クリームサンド	ピーナツパン	<b>キャラメルプリン</b>
	エネルギー 68kcal 蛋白質 2.4g 脂質 0.4g 食塩 0.1g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 65kcal 蛋白質 0.6g 脂質 1.5g 食塩 0.3g	エネルギー 98kcal 蛋白質 1.5g 脂質 3.3g 食塩 0.0g	エネルギー 89kcal 蛋白質 2.1g 脂質 3.8g 食塩 0.2g	エネルギー 112kcal 蛋白質 2.5g 脂質 3.9g 食塩 0.1g
日計	エネルギー 564kcal 蛋白質 23.3g 脂質 7.6g 食塩 3.3g	エネルギー 547kcal 蛋白質 19.7g 脂質 8.5g 食塩 3.0g	エネルギー 537kcal 蛋白質 11.3g 脂質 8.7g 食塩 3.1g	エネルギー 575kcal 蛋白質 20.1g 脂質 10.1g 食塩 2.7g	エネルギー 589kcal 蛋白質 23.2g 脂質 12.3g 食塩 3.2g	エネルギー 561kcal 蛋白質 21.7g 脂質 9.6g 食塩 3.6g

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ えびしゅうまい
- ・ ほうれん草煮浸し
- ・ オクラの海苔和え
- ・ 洋梨缶

献立変更する場合があります。ご了承ください