


献立表

	月 4月6日	火 4月7日	水 4月8日	木 4月9日	金 4月10日	土 4月11日	
昼	ごはん 味噌汁 鯖の塩麹焼き さつま芋の煮物 マンゴー缶 切干ゆず香り和え	ごはん すまし汁 麻婆豆腐 ひじきサラダ パイ缶 野菜ビーフン	味噌ラーメン 餃子 菜の花のサラダ フルーツヨーグルト	エビピラフ コンソメスープ メンチカツ 白桃缶 スパゲティサラダ	ごはん 味噌汁 メバルの柚子焼き 南瓜サラダ パイ缶 茄子の煮浸し	ごはん すまし汁 柳川風煮 ビーンズサラダ 黄桃缶 さつま芋甘露煮	
	エネルギー 565kcal 蛋白質 22.5g 脂質 7.6g 食塩 3.1g	エネルギー 630kcal 蛋白質 18.9g 脂質 22.8g 食塩 3.4g	エネルギー 544kcal 蛋白質 21.5g 脂質 13.8g 食塩 2.6g	エネルギー 650kcal 蛋白質 17.0g 脂質 23.8g 食塩 3.3g	エネルギー 531kcal 蛋白質 18.6g 脂質 12.5g 食塩 2.5g	エネルギー 545kcal 蛋白質 18.1g 脂質 10.4g 食塩 2.8g	
3時	雪の宿 せんべい	まんじゅう	バームクーヘン	クリームパン	チョコババロア	どら焼き	
	エネルギー 70kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.5g 食塩 0.2g	エネルギー 94kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.6g 食塩 0.1g	エネルギー 114kcal 蛋白質 1.5g 脂質 4.8g 食塩 0.2g	エネルギー 110kcal 蛋白質 1.9g 脂質 4.0g 食塩 0.1g	エネルギー 90kcal 蛋白質 1.7g 脂質 3.4g 食塩 0.1g	エネルギー 95kcal 蛋白質 1.7g 脂質 1.2g 食塩 0.1g	
日計	エネルギー 635kcal 蛋白質 23.1g 脂質 10.1g 食塩 3.3g	エネルギー 724kcal 蛋白質 20.4g 脂質 23.4g 食塩 3.5g	エネルギー 658kcal 蛋白質 23.0g 脂質 18.6g 食塩 2.8g	エネルギー 760kcal 蛋白質 18.9g 脂質 27.8g 食塩 3.4g	エネルギー 621kcal 蛋白質 20.3g 脂質 15.9g 食塩 2.6g	エネルギー 640kcal 蛋白質 19.8g 脂質 11.6g 食塩 2.9g	

〈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