

献立表

	月 4月13日	火 4月14日	水 4月15日	木 4月16日	金 4月17日	土 4月18日
昼	ごはん 味噌汁 親子煮 茄子のポン酢和え みかん缶 ひじき入り蓮根きんぴら	カレーライス スープ もやしサラダ マンゴー缶 ほうれん草ソテー	ごはん 味噌汁 鱈の和風トマト煮 ブロッコリーサラダ りんご缶 焼きそば	けんちんうどん 肉団子 かぶのサラダ フルーツカクテル	ごはん すまし汁 春野菜チンジャオロース風 カリフラワーサラダ 白桃缶 春巻	ごはん 味噌汁 ブリのみぞれ煮 長芋の和え物 パイ缶 ラタトゥユ
	エネルギー 541kcal 蛋白質 19.1g 脂質 14.6g 食塩 3.1g	エネルギー 510kcal 蛋白質 14.3g 脂質 12.9g 食塩 2.9g	エネルギー 471kcal 蛋白質 20.5g 脂質 4.4g 食塩 2.8g	エネルギー 504kcal 蛋白質 18.9g 脂質 11.3g 食塩 2.4g	エネルギー 597kcal 蛋白質 20.7g 脂質 12.2g 食塩 3.0g	エネルギー 542kcal 蛋白質 20.6g 脂質 12.6g 食塩 2.7g
3時	ショコラプチケーキ	黒糖ゼリー	パウンドケーキ	豆乳饅頭	ぱりんこ煎餅	南瓜ババロア
	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.3g 脂質 3.7g 食塩 0.2g	エネルギー 76kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 105kcal 蛋白質 1.4g 脂質 5.9g 食塩 0.2g	エネルギー 101kcal 蛋白質 2.0g 脂質 0.3g 食塩 0.1g	エネルギー 77kcal 蛋白質 0.8g 脂質 4.0g 食塩 0.3g	エネルギー 66kcal 蛋白質 1.1g 脂質 2.4g 食塩 0.0g
日計	エネルギー 613kcal 蛋白質 20.4g 脂質 18.3g 食塩 3.3g	エネルギー 586kcal 蛋白質 14.5g 脂質 14.3g 食塩 2.9g	エネルギー 576kcal 蛋白質 21.9g 脂質 10.3g 食塩 3.0g	エネルギー 605kcal 蛋白質 20.9g 脂質 11.6g 食塩 2.5g	エネルギー 674kcal 蛋白質 21.5g 脂質 16.2g 食塩 3.3g	エネルギー 608kcal 蛋白質 21.7g 脂質 15.0g 食塩 2.7g

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ 根菜の煮物
- ・ 肉団子
- ・ かぶのサラダ
- ・ フルーツカクテル

献立変更する場合があります。ご了承ください