

献立表



	月 4月27日	火 4月28日	水 4月29日	木 4月30日	金 5月1日	土 5月2日
昼	ごはん 味噌汁 メバルの野菜あんかけ 大根の土佐煮 りんご缶 三色煮豆	ごはん 味噌汁 豚肉ときのこのトマト炒め スパゲティサラダ 洋梨缶 厚焼き玉子	赤飯150g すまし汁 鮭の菜種焼き ポテトと菜の花のレモンバターかけ フルーツヨーグルト	ごはん 味噌汁 鶏肉の山椒焼き がんもの煮物 パイ缶 小松菜のしその実和え	ちゃんぽん ぎょうざ 茄子のサラダ みかん缶	ごはん コーンスープ バジルチキン ごぼうサラダ マンゴー缶 ナポリタン
	エネルギー 482kcal 蛋白質 20.4g 脂質 4.2g 食塩 2.5g	エネルギー 576kcal 蛋白質 21.2g 脂質 15.6g 食塩 2.6g	エネルギー 549kcal 蛋白質 23.9g 脂質 13.4g 食塩 3.1g	エネルギー 595kcal 蛋白質 26.8g 脂質 13.7g 食塩 4.4g	エネルギー 510kcal 蛋白質 19.5g 脂質 11.9g 食塩 2.6g	エネルギー 608kcal 蛋白質 18.7g 脂質 14.2g 食塩 3.0g
3時	うぐいすおやき	星型せんべい	あずきミルクババロア	今川焼き	ひとくちかすてら	コーヒーゼリー
	エネルギー 93kcal 蛋白質 2.0g 脂質 5.0g 食塩 0.1g	エネルギー 76kcal 蛋白質 0.6g 脂質 3.7g 食塩 0.2g	エネルギー 90kcal 蛋白質 1.5g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー 86kcal 蛋白質 1.6g 脂質 2.9g 食塩 0.1g	エネルギー 83kcal 蛋白質 1.5g 脂質 1.4g 食塩 0.1g	エネルギー 77kcal 蛋白質 0.3g 脂質 1.4g 食塩 0.0g
日計	エネルギー 575kcal 蛋白質 22.4g 脂質 9.2g 食塩 2.6g	エネルギー 652kcal 蛋白質 21.8g 脂質 19.3g 食塩 2.8g	エネルギー 639kcal 蛋白質 25.4g 脂質 16.6g 食塩 3.1g	エネルギー 681kcal 蛋白質 28.4g 脂質 16.6g 食塩 4.5g	エネルギー 593kcal 蛋白質 21.0g 脂質 13.3g 食塩 2.7g	エネルギー 685kcal 蛋白質 19.0g 脂質 15.6g 食塩 3.0g

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
- ・ 肉野菜炒め
- ・ ぎょうざ
- ・ 茄子のサラダ
- ・ みかん缶