



週間献立表



ひづけ	4月4日 (日)	4月5日 (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)
あさ朝	ロールパン チョコクリーム ハムエッグ ズッキーニのソテー 牛乳	米飯 糸コンの甘辛炒め 山芋とろろ 味噌汁 (小松菜) カッパ漬け 牛乳	コッペパン マカロニサラダ くだもの (バナナ) 牛乳	米飯 昆布と角天の煮物 梅納豆 味噌汁 (大根葉・人参) つぼ漬け 牛乳	ボルガ カレーウイナーソテ 豆たっぷりサラダ 牛乳	米飯 卵の花 オクラとカニカマの和え 味噌汁 (春菊) たいみそ 牛乳	食パン マーマレードジャム カリフラワーサラダ くだもの (黄桃缶) 牛乳
ひる昼	米飯 豚肉とエリンギの 柚子胡椒炒め ウォルドーフサラダ 味噌汁 (かぼちゃ) シュークリーム	米飯 白身魚の菜種焼き れんこん ツナバター ほうれん草のオカカ和え 味噌汁 (お麩) ふりかけ (梅)	米飯 麻婆豆腐 もやし中華和え きのこのスープ メロンゼリー 	ゆかりご飯 ちゃんぽん しそ巻き棒餃子 くだもの (オレンジ) 	米飯 鯖の竜田揚げ じゃが芋の金平 ビーフンソテー あおさ汁	ハヤシライス ミモザサラダ フルーチェ 	米飯 鶏のシオれもん焼き スパゲッティ 白きくらげと 小松菜の和え物 味噌汁 (厚揚げ) ふりかけ (たらこ)
ゆう夕	米飯 松風焼き 人参の金平 若竹煮 清まし汁 (そば) 高菜漬け	米飯 鶏肉のマーマレード焼き アスパラガスと パプリカのソテー 白菜の コールスローサラダ クラムチャウダー くだもの (夏みかん)	米飯 牛肉のしぐれ煮 インゲンのごま和え 味噌汁 (青梗菜) しそ昆布	米飯 赤魚の煮付け がんもどき 菜の花とささみの和え物 根菜味噌汁 ふりかけ (たまご)	米飯 チーズオムレツ きのこソース 付) ブロッコリー 茄子とツナのトマト煮 水菜とコーンのサラダ くだもの (白桃缶)	米飯 豚肉の大葉炒め 付) もやしソテー キャベツと油揚げの 和え物 味噌汁 (ほうれん草) 野沢菜漬け	米飯 鯖の韓国風漬け焼き 付) 大根葉のごま油炒め 春雨とハムの炒め物 彩々浅漬け 沢煮椀
せいぶん成分	I補給 - 1734 kcal たんぱく質 74.3 g 脂質 52.3 g 塩分 7.5 g	I補給 - 1786 kcal たんぱく質 72.4 g 脂質 46.8 g 塩分 7.9 g	I補給 - 1722 kcal たんぱく質 69.2 g 脂質 49.6 g 塩分 6.5 g	I補給 - 1739 kcal たんぱく質 84.9 g 脂質 38.3 g 塩分 9.2 g	I補給 - 1869 kcal たんぱく質 70.7 g 脂質 59.1 g 塩分 7.0 g	I補給 - 1855 kcal たんぱく質 72.0 g 脂質 54.6 g 塩分 7.0 g	I補給 - 1791 kcal たんぱく質 74.5 g 脂質 46.8 g 塩分 8.4 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。