



ひつけ 日付	3月10日 (日)	3月11日 (月)	3月12日 (火)	3月13日 (水)	3月14日 (木)	3月15日 (金)	3月16日 (土)
あき 朝	ジャムパン マカロニサラダ くだもの (黄桃缶) ギョウニユウ 牛乳 	ベイハン 米飯 キリボシダイコン ニモン 切干大根の煮物 ナ ハナ サクラ ア モノ 菜の花と桜エビの和え物 ミンシル 味噌汁 (さつま芋) ふりかけ (たらこ) ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム ポークビーンズ ヨーグルト ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 サバ ショヤ 鯖の塩焼き レンコンの金平 ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩) イッシュョク ツクダニ 一食のり佃煮 ギョウニユウ 牛乳	ショク 食パン ピーナッツマーガリン ス克蘭ブルエッグ カリフラワーと ウィンナーの炒め物 ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ごぼうとこんにゃく の煮物 ニモン チュウカフクハルサメ 中華風春雨サラダ ミンシル コマツナ 味噌汁 (小松菜) ふりかけ (野菜) ギョウニユウ 牛乳	クロワッサン カレーポトフ ギョウニユウ 牛乳 
ひる 昼	ベイハン 米飯 ニクトウフ 肉豆腐 れんこんサラダ ミンシル 味噌汁 (チンゲン菜) コウチヤ 紅茶ゼリー	ベイハン 米飯 ハンボウサイ 八宝菜 メンチカツ ブロccoliリーと しめじのナムル くだもの (パイン缶) 	ベイハン 米飯 ポークソテー (青しそクリーム) ツケ 付) ヤングコーンの ソテー オクラのおろし和え ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) ふりかけ (さけ)	タ コ 炊き込みパエリア ザクザクチキン アスパラのスープ モカプリン 	ベイハン 米飯 サケ ユクアンヤ 鮭の幽庵焼き ツケ 付) ピーマンの金平 トウガン 冬瓜のそぼろ煮 ミンシル 味噌汁 (白菜) ふりかけ (のりごま)	ショコフ 塩昆布とツナの 炊き込みご飯 きつねうどん カニカマの磯辺揚げ マツキ 抹茶ババロア 	ベイハン 米飯 トリ カラア 鶏の唐揚げ ツケ 付) 干切りキャベツ いんげんの胡麻和え 味噌汁 (もやし・にら)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 アカウオ チュウカム 赤魚のえのき中華蒸し ソウ シラスア ほうれん草の白子和え ミンシル 味噌汁 (じゃが芋) ふりかけ (たまご)	ベイハン 米飯 チキンの ハニーマスタード焼き ツケ 付) インゲンのソテー 春菊と竹輪の和え物 ミンシル 味噌汁 (厚揚げ) シソ昆布	ベイハン 米飯 つくねハンバーグ (野菜あん) ヤサイ (野菜あん) キョウリ 胡瓜とささみの和え物 ミンシル 味噌汁 (里芋) ノザワナツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 ヤキニクイタメ 焼肉炒め キリボシダイコン 切干大根のナムル ミンシル 味噌汁 (春菊) キムチ	ベイハン 米飯 チキンクリームシチュー エンドウとチーズの サラダ くだもの (バナナ) 	ベイハン 米飯 フタニク コウミイタメ 豚肉の香味炒め ダイコン 大根サラダ ミンシル 味噌汁 (豆腐・ワカメ) タカナツ 高菜漬け	ベイハン 米飯 サワラ サイキョウガ 鯖の西京焼き ツケ ニンジン キンピラ 付) 人参の金平 サトイモ 里芋のジャーマンポテト ス 清まし汁 (春菊) ツ つぼ漬け
せいぶん 成分	I補給 - 1691 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.2 g しじつ 脂質 45.3 g えんぶん 塩分 6.7 g	I補給 - 1883 kcal たんぱくしつ 蛋白質 82.5 g しじつ 脂質 54.7 g えんぶん 塩分 9.6 g	I補給 - 1816 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.6 g しじつ 脂質 56.7 g えんぶん 塩分 8.4 g	I補給 - 1856 kcal たんぱくしつ 蛋白質 83.3 g しじつ 脂質 63.3 g えんぶん 塩分 8.5 g	I補給 - 1840 kcal たんぱくしつ 蛋白質 53.0 g しじつ 脂質 70.9 g えんぶん 塩分 8.8 g	I補給 - 1751 kcal たんぱくしつ 蛋白質 69.5 g しじつ 脂質 19.3 g えんぶん 塩分 8.1 g	I補給 - 1840 kcal 蛋白質 72.4 g しじつ 脂質 79.8 g えんぶん 塩分 7.9 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。