



日付	3月9日 (日)	3月10日 (月)	3月11日 (火)	3月12日 (水)	3月13日 (木)	3月14日 (金)	3月15日 (土)
あさ朝	ショクパン 食パン りんごジャム ポテトサラダ パンプキンスープ キュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜のくす煮 チンゲンサイ 青梗菜のお浸し ミンシル 味噌汁 (玉葱) タマネギ たいみそ キュウニユウ 牛乳	ショクパン 食パン いちごジャム チリコンカン くだもの (黄桃缶) オウトウカン キュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 コウヤトクフ 高野豆腐の卵とじ タマゴ チュウカフハルサメ 中華風春雨サラダ ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) ソウ ぶりかけ (しそ) キュウニユウ 牛乳	ショクパン 食パン ピーナッツマーガリン ミートボールの デミソース煮 ミ ヨーグルト キュウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 もやしの炒め物 イタモイ おろし納豆 ナットウ ミンシル 味噌汁 (キャベツ) キュウニユウ 牛乳	ショクパン 食パン マーマレードジャム マカロニサラダ ポタージュスープ キュウニユウ 牛乳
ひる昼	ベイハン 米飯 ハッシュドポーク ツケ 付) スパゲッティソテー ダイコン 大根とツナの和え物 ヤサイ コロコロ野菜の コンソメスープ パインゼリー	フタ マーゴードウフ ドン 豚二郎麻婆豆腐丼 チクワ ア モノ キャベツと竹輪の和え物 カニカマと ミズナ 水菜のスープ 	ベイハン 米飯 ホイコウロク 回鍋肉 ケリボンダイコン 切干大根と キョウリ アマズア 胡瓜の甘酢和え ハクサイ チュウカ 白菜の中華スープ ぶりかけ (のりごま) 	ベイハン ショウ 米飯 (小) カレーうどん スナップエンドウの サラダ フルーツゼリー 	ベイハン 米飯 サケ 鮭のマヨネーズ焼き ツケ 付) ピーマンと きのこのソテー いんげんの黒ごまよごし ミンシル 味噌汁 (豆腐・わかめ) トウフ ぶりかけ (たらこ)	オヤコドン 親子丼 チクワ インペア 竹輪の磯辺揚げ アカダシ 赤出汁 (わかめ) くだもの (みかん缶) 	ベイハン 米飯 シロミサカナ 白身魚のパン粉焼き ツケ 付) ヤングコーンの ソテー マセドアンサラダ 味噌汁 (巻き麩) ぶりかけ (ビーフ)
ゆう夕	ベイハン 米飯 シロミ サカナ チュウカフ 白身魚の中華風あんかけ キョウリ チクワ 胡瓜と竹輪の カラア ピリ辛和え ミンシル 味噌汁 (葉大根) ハダイコン ぶりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 トリニク タッタ ヤ 鶏肉の竜田焼き ツケ 付) いんげんの金平 キンピラ 明太子としめじの 和風焼きビーフン くだもの (りんご)	ベイハン 米飯 サバ ニン 鯖の煮付け ツケ 付) かぶの煮物 ニモノ オクラのおかか和え ミンシル 味噌汁 (青梗菜) チンゲンサイ ノザワナツ 野沢菜漬け 	ベイハン 米飯 トリニク ショ ヤ 鶏肉の塩だれ焼き ツケ 付) 金平こんにゃく キンピラ ぶきの信田煮 シンダ ミンシル 味噌汁 (もやし・にら)	ベイハン 米飯 フタ 豚キムチ かぼちゃの コロコロサラダ たまごスープ ピーチゼリー	ベイハン 米飯 サワラ サイキョウヤ 鯖の西京焼き ツケ 付) 菜の花のソテー ナ ハナ レンコンの ユズコショウイタ 柚子胡椒炒め ス シル 清まし汁 (そうめん) タカナン 高菜漬け	ベイハン 米飯 トウフ ニク 豆腐の肉みそあんかけ もやしとワカメの ア モノ 和え物 にらとしめじの ハルササ 春雨スープ くだもの (バナナ)
せいぶん成分	I補給 - 1703 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.8 g ししつ 脂質 48.9 g えんぶん 塩分 8.7 g	I補給 - 1692 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.7 g ししつ 脂質 48.5 g えんぶん 塩分 6.9 g	I補給 - 1755 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.3 g ししつ 脂質 57.8 g えんぶん 塩分 7.9 g	I補給 - 1823 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.4 g ししつ 脂質 57.2 g えんぶん 塩分 9.8 g	I補給 - 1857 kcal たんぱくしつ 蛋白質 76.1 g ししつ 脂質 74.0 g えんぶん 塩分 8.5 g	I補給 - 1773 kcal たんぱくしつ 蛋白質 76.4 g ししつ 脂質 49.6 g えんぶん 塩分 8.9 g	I補給 - 1809 kcal たんぱくしつ 蛋白質 75.6 g ししつ 脂質 56.1 g えんぶん 塩分 8.0 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。