



ひづけ 日付	3月8日 (日)	3月9日 (月)	3月10日 (火)	3月11日 (水)	3月12日 (木)	3月13日 (金)	3月14日 (土)
あき 朝	メロンパン ミートボールの デミソース煮 牛乳	米飯 茄子の煮物 味噌汁 (大根葉) ふりかけ (おかか) 牛乳	食パン チョコクリーム ハムエッグ カリフラワーのソテー 牛乳	米飯 めんまの炒め煮 味噌汁 (春菊) 一食のり佃煮 牛乳	食パン りんごジャム ポテトサラダ トマトスープ 牛乳	米飯 糸コンのピリ辛炒め 味噌汁 (里芋) ゆずみそ 牛乳	食パン りんごジャム スパゲティサラダ パンプキンスープ 牛乳
ひる 昼	米飯 とんかつ 付) スパゲティ 千切りサラダ 味噌汁 (かぼちゃ) 杏仁フルーツ	高菜チャーハン 台湾ラーメン 春巻き 	米飯 鯖の葱しょう油焼き 付) インゲンの金平 里芋のジャーマンポテト 沢煮椀 ふりかけ (たまご)	シシリアンライス 青梗菜と蒲鉾のナムル 玉子スープ マスカットゼリー 	ソフトフランスパン 茄子のミートグラタン ささみフライ 春野菜サラダ 	米飯 赤魚のからあげ (ゴマソース) 付) きのこと ヤングコーンのソテー いんげんの ピーナッツ和え もやしとにらのスープ ふりかけ (のりごま)	米飯 ハンバーグ (ケチャップソース) 付) ブロッコリー 付) ポテトフライ ほうれん草のおかか和え 味噌汁 (オクラ)
ゆう 夕	米飯 鶏肉の利休焼き 付) 人参の金平 ふきの 中華そば炒め 青梗菜とツナのサラダ	米飯 赤魚の煮付け 付) 大根の煮物 青じそ納豆 くだもの (みかん)	米飯 チキンカチャトーラ 付) ブロッコリー オクラのなめたけ和え 氷菜のスープ ごま昆布	米飯 豚肉とエリンギの 柚子胡椒炒め アスパラとハムのサラダ きくらげの中華スープ 高菜漬	米飯 白身魚のマヨチーズ焼き 付) パプリカと エンドウのソテー 菜の花の辛子和え 清まし汁 (巻き麩) 野沢菜漬	米飯 豚肉の チンジャオロースー風 白菜と春菊の和え物 清まし汁 (そば) くだもの (バナナ) 	米飯 鶏のシオれもん焼き 付) 菜の花ソテー れんこんのごまドレ和え すまし汁 (春菊)
せいぶん 成分	I初* - 1832 kcal たんぱく質 62.7 g 脂質 66.0 g えんぶん 塩分 6.6 g	I初* - 1638 kcal たんぱく質 72.7 g 脂質 46.5 g えんぶん 塩分 10.0 g	I初* - 1791 kcal たんぱく質 78.5 g 脂質 62.3 g えんぶん 塩分 8.0 g	I初* - 1617 kcal たんぱく質 58.4 g 脂質 51.7 g えんぶん 塩分 6.5 g	I初* - 1778 kcal たんぱく質 67.9 g 脂質 65.3 g えんぶん 塩分 7.3 g	I初* - 1586 kcal たんぱく質 63.4 g 脂質 38.1 g えんぶん 塩分 8.1 g	I初* - 1804 kcal たんぱく質 70.3 g 脂質 58.1 g えんぶん 塩分 8.1 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。