

ひづけ 日付	3月29日 (日)	3月30日 (月)	3月31日 (火)	4月1日 (水)	4月2日 (木)	4月3日 (金)	4月4日 (土)
あさ 朝	メロンパン ポークビーンズ キュウニユウ 牛乳	米飯 なすのオイスター ソース炒め 味噌汁 (オクラ) ふりかけ (たまご) キュウニユウ 牛乳	食パン マーマレードジャム ヘルシーサラダ コンソメスープ キュウニユウ 牛乳	米飯 ひじきの煮物 味噌汁 (大根葉) たいみそ キュウニユウ 牛乳	食パン ピーナッツマーガリン スパゲティサラダ ココロ野菜スープ キュウニユウ 牛乳	米飯 切り昆布の煮物 味噌汁 (じゃが芋) ゆずみそ キュウニユウ 牛乳	食パン りんごジャム カボチャ 南瓜のクリーム煮 キュウニユウ 牛乳
ひる 昼	米飯 鶏ゴボウつくね 付) 小松菜のソテー ピーマンのおかか和え 味噌汁 (里芋) ふりかけ (おかか)	ヒレカツカレー 福神漬け 海藻サラダ フルーツヨーグルト 	ワカメご飯 ちゃんぼん 春巻き レモンゼリー 	米飯 サバの味噌漬け焼き 付) ピーマンの金平 ツナじゃが 清まし汁 (ハンペン)	米飯 ハンバーグ (おろしポン酢) 付) ブロッコリーの ソテー オクラと山芋の 梅肉和え 味噌汁 (玉葱) ふりかけ (のりごま)	菜飯 塩焼きそば 胡瓜と竹輪の ピリ辛和え 味噌汁 (大根) 	バターライス ビーフストロガノフ レタスとカニカマの サラダ ジュリアンスープ
ゆう 夕	焼肉クッパ しゅうまい くだもの (りんご)	米飯 白身魚の利休焼き 付) ふきの金平 ふろふき大根 清まし汁 (とろろ昆布) ごま昆布	米飯 ヤンニョムチキン 付) カリフラワーの ソテー ほうれん草のナムル 味噌汁 (白菜) ふりかけ (ビーフ)	米飯 豚肉の生姜焼き 菜の花のごま和え 味噌汁 (おつゆ麩) 高菜漬け	米飯 赤魚の煮付け 付) 里芋の煮物 いんげんのツナマヨ和え すまし汁 (そうめん) 野沢菜漬け	米飯 親子煮 キャベツのカレー マヨサラダ くだもの (みかん缶)	米飯 白身魚のちゃんちゃん 焼き 春菊のピーナッツ和え 清まし汁 (わかめ) ふりかけ (野菜) 
せいぶん 成分	I補給 - 1725 kcal たんぱく質 70.1 g 脂質 48.6 g えんぶん 5.4 g	I補給 - 1705 kcal たんぱく質 52.6 g 脂質 43.1 g えんぶん 9.0 g	I補給 - 1773 kcal たんぱく質 75.3 g 脂質 53.9 g えんぶん 8.9 g	I補給 - 1724 kcal たんぱく質 69.2 g 脂質 46.8 g えんぶん 7.6 g	I補給 - 1673 kcal たんぱく質 66.5 g 脂質 45.5 g えんぶん 8.3 g	I補給 - 1614 kcal たんぱく質 63.7 g 脂質 40.1 g えんぶん 7.0 g	I補給 - 1761 kcal たんぱく質 63.2 g 脂質 61.1 g えんぶん 7.2 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。