

ひづけ 日付	4月19日 (日)	4月20日 (月)	4月21日 (火)	4月22日 (水)	4月23日 (木)	4月24日 (金)	4月25日 (土)
あさ 朝	コッパン ポークビーンズ キュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜のくず煮 ミンシル 味噌汁 (さつま芋) イッシュク 一食のり佃煮	ショクパン 食パン りんごジャム スナップエンドウソテー ウィンナー キュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 アツキ タマゴ 厚焼き玉子 ブロッコリーと きのこの炒め物 ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) ふりかけ (たらこ)	ショクパン 食パン イチゴジャム スパゲティサラダ オニオンスープ キュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 キアヲシ大根の煮もの ミンシル 味噌汁 (おろし) ふりかけ (のりごま)	ショクパン 食パン マーマレードジャム ヘルシーサラダ きのこのコンソメスープ キュウニュウ 牛乳
ひる 昼	ベイハン 米飯 サバ ゴマミンヤ 鯖の胡麻味噌焼き ツケ 付) いんげんの金平 イト 糸コンの明太マヨ炒め ス 清まし汁 (菜の花) くだもの (みかん)	ショコパン 塩昆布とツナの 炊き込みご飯 ニク 肉そば カニカマの磯辺揚げ 	ベイハン 米飯 マーボナス 麻婆茄子 コマツナ チクワ ア 小松菜と竹輪の和え物 ハルサメ 春雨とわかめの スープ アンニン 杏仁フルーツ	テ 照り焼きチキン丼 ム 蒸しシュウマイ チンゲンサイ 青梗菜と カニカマのスープ 	ベイハン 米飯 アジフライ ツケ 付) カリフラワーの ソテー センギ 千切りサラダ ス 清まし汁 (まいたけ) ふりかけ (野菜)	ベイハン 米飯 ロールパン カルボナーラ ポパイサラダ コーヒーゼリー 	ベイハン 米飯 ハンバーグ (和風きのこソース) ツケ 付) ペッパー ブロッコリー スナップエンドウと ツナのサラダ ミンシル 味噌汁 (じゃが芋)
ゆう 夕	ベイハン 米飯 フタニク 豚肉とヤングコーンの ジャポネソテー ツケ 付) マカロニ もやしとサクラア 菜の花の和え物 ミンシル 味噌汁 (南瓜) ふりかけ (わかめ)	ベイハン 米飯 アカウオ 赤魚の煮付け ツケ 付) がんもどき ハクサイ 白菜とハムのサラダ ミンシル 味噌汁 (おくら) しそ昆布	ベイハン 米飯 コーンつくね (照り焼き) ツケ 付) カリフラワー炒め シュンギク ア 春菊のごま和え 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 シロミ サカナ 白身魚のみぞれ煮 ツケ 付) なすの煮物 キャベツの酢じゃこ和え ス 清まし汁 (ハンペン) くだもの (バナナ)	ベイハン 米飯 ぎせい豆腐 ツケ 付) 南瓜の煮物 オクラのなめ茸和え ミンシル 味噌汁 (大根葉) ウメボ 梅干し	ベイハン 米飯 フタニク 豚肉とエリンギの ミズコンショウイタ 柚子胡椒炒め ナ 菜の花の辛子和え ス 清まし汁 (そうめん) タカナツ 高菜漬け	トリニク 鶏肉のマーマレード焼き ツケ 付) レンコンの金平 キリボシダイコン 切干大根のサラダ チーズオニオンスープ ふりかけ (さけ)
せいぶん 成分	I補給 - 1745 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.8 g しじつ 脂質 55.4 g えんぶん 塩分 7.3 g	I補給 - 1609 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.1 g しじつ 脂質 34.7 g えんぶん 塩分 9.4 g	I補給 - 1621 kcal たんぱくしつ 蛋白質 63.0 g しじつ 脂質 45.1 g えんぶん 塩分 7.3 g	I補給 - 1624 kcal たんぱくしつ 蛋白質 71.3 g しじつ 脂質 38.1 g えんぶん 塩分 6.4 g	I補給 - 1784 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.3 g しじつ 脂質 59.7 g えんぶん 塩分 8.4 g	I補給 - 1672 kcal たんぱくしつ 蛋白質 62.8 g しじつ 脂質 44.1 g えんぶん 塩分 7.0 g	I補給 - 1779 kcal たんぱくしつ 蛋白質 66.7 g しじつ 脂質 57.4 g えんぶん 塩分 8.5 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。