



日付	3月22日 (日)	3月23日 (月)	3月24日 (火)	3月25日 (水)	3月26日 (木)	3月27日 (金)	3月28日 (土)
朝	米飯 トウガン ニモノ 冬瓜の煮物 ナットウ オクラ納豆 ミソシル 味噌汁 (じゃが芋) イッシュョク 一食たいみそ ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン いちごジャム スパゲティサラダ コロコロ野菜スープ ギュウニユウ 牛乳	米飯 ししゃも ダイコン バ 大根葉とごま油炒め ミソシル 味噌汁 (なめこ) カッパ漬 ギュウニユウ 牛乳	ホットケーキ はちみつ&マーガリン フルーチェ カレーポトフ ギュウニユウ 牛乳	米飯 ニラの卵とじ もやしとワカメの和え物 味噌汁 (小松菜) べったら漬 牛乳	米飯 ナス 茄子の オイスターソース炒め ハクサイ 白菜のコールスローサラダ ミソシル 味噌汁 (大根) ウメボ 梅干し ギュウニユウ 牛乳	ショク 食パン マーメイドジャム ウインナー カリフラワーのソテー くだもの (バナナ)
昼	米飯 フカトリ 若鶏のカチャトーラ ツケ 付) ほうれん草のソテー キャベツのサラダ セロリースープ ロールケーキ	米飯 サワラ ユズ 鯖の柚子こしょう焼き ツケ ニンジン 付) 人参しりしり かぼちゃのコンソメ煮 ミソシル 味噌汁 (厚揚げ) ふりかけ (野菜)	ハヤシライス きのこたっぷりサラダ オクラのスープ くだもの (黄桃缶)	米飯 (小) とろろ芋 きつねうどん チクワ インペ ア 竹輪の磯辺揚げ くだもの (キウイ&パイナップル) 	米飯 トリニク 鶏肉の ミソ 味噌ヨーグルト漬 ツケ 付) フロッコリー ツケ ニンジン 付) 人参グラッセ ダイコン 大根とツナのサラダ ス 清まし汁 (巻き麩)	米飯 サバ タツタア 鯖の竜田揚げ ツケ センギ 付) 千切りキャベツ ツケ 付) レモン シュンギク 春菊とささみの和え物 ミソシル 味噌汁 (かぼちゃ)	オヤコドン 親子丼 ナ ハナ ア 菜の花のおかか和え ミソシル 味噌汁 (里芋) プリン
夕	米飯 タカタクロ 宝袋煮 ツケ サトイモ ニモノ 付) 里芋の煮物 ハクサイ ショコンブ ア 白菜の塩昆布和え ミソシル シュンギク 味噌汁 (春菊) ノザワナツケ 野沢菜漬	米飯 ブタニク コウミ イタ 豚肉の香味炒め バンサンスー トウモロコシ チュウカ 豆苗の中華スープ コンブ ごま昆布	米飯 トウフ ぎせい豆腐 ツケ ダイコン ア キンピラ 付) 大根と揚げの金平 アスパラの ピーナツバター和え かきたま味噌汁 ふりかけ (さけ)	米飯 サケ カラヤ 鮭のピリ辛焼き ツケ アツア ソウ 付) 厚揚げとほうれん草 キウリ 胡瓜とイカの スミリア 酢味噌和え ミソシル ナス 味噌汁 (茄子) タカナツ 高菜漬	米飯 キュウニク 牛肉とたけのこの アマカライタ 甘辛炒め ハムマリネ ス 清まし汁 (あおさ) くだもの (みかん缶)	米飯 レンコン イ 蓮根入りつくね焼き テ ヤ (照り焼き) ツケ 付) じゃが芋の金平 タマゴ トウフ 玉子豆腐のあんかけ ニラとしめじの ハルサメ 春雨スープ ハクサイ 白菜漬	米飯 シロミ サカナ 白身魚の チュウカム えのき中華蒸し ツケ 付) ヤングコーンと ベーコンのソテー キリボシダイコン 切干大根の カンコクアウ 韓国風サラダ ス 清まし汁 (とろろ昆布) ふりかけ (たらこ)
成分	I補給 - 1830 kcal たんぱくしつ 蛋白質 69.4 g ししつ 脂質 52.3 g えんぶん 塩分 9.8 g	I補給 - 1777 kcal たんぱくしつ 蛋白質 77.6 g ししつ 脂質 42.2 g えんぶん 塩分 8.0 g	I補給 - 1847 kcal たんぱくしつ 蛋白質 71.2 g ししつ 脂質 55.2 g えんぶん 塩分 8.5 g	I補給 - 1869 kcal たんぱくしつ 蛋白質 73.9 g ししつ 脂質 54.4 g えんぶん 塩分 9.2 g	I補給 - 1815 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.1 g ししつ 脂質 57.6 g えんぶん 塩分 7.6 g	I補給 - 1773 kcal たんぱくしつ 蛋白質 68.3 g ししつ 脂質 47.7 g えんぶん 塩分 7.6 g	I補給 - 1822 kcal 蛋白質 77.2 g ししつ 脂質 52.6 g えんぶん 塩分 8.9 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。