



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	ベイハン 米飯 がんもの煮物 チンゲンサイ 青梗菜のおろし和え ミンシル 味噌汁 (かぼちゃ) イッシュョク 一食のり佃煮 ギュウニュウ 牛乳	ショク 食パン りんごジャム チリコンカン キャベツとハムのサラダ ギュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 トウガン 冬瓜の煮物 ウメナットウ 梅納豆 ミンシル 味噌汁 (ほうれん草) カップ 漬け ギュウニュウ 牛乳	ベイハン 米飯 ししゃも チンゲンサイ 青梗菜のソテー ミンシル 味噌汁 (さといも) たくあん 漬け ギュウニュウ 牛乳	あんぱん・クリームパン コロコロ野菜の コンソメ煮 かぼちゃのサラダ 牛乳	ベイハン 米飯 イト 糸コンの明太炒め メンタイイタ カリフラワーのサラダ ミンシル 味噌汁 (茄子) ナス つぼ 漬け ギュウニュウ 牛乳	ロールパン マーマレードジャム アボカドとポテトの チーズ焼き くだもの (バナナ)
ひる昼	タコライス キャベツと かにかまの和え物 カイワ 貝割れとタマゴのスープ くだもの (パイン缶) 	ベイハン 米飯 ナス フタニク 茄子と豚肉の オイスターソース炒め ソウ ほうれん草と ハルサメ ア モノ 春雨の和え物 ミンシル 味噌汁 (おつゆ麩) ふりかけ (たらこ)	タケノコハン 筍ご飯 サバ ショヤ 鯖の塩焼き ツケ だし巻き玉子 ツケ ダイコン 付) 大根おろしとレモン ナ ハナ 菜の花のおかか和え ス 清まし汁 (厚揚げ)	クロワッサン カニ エビ 蟹と海老の トマトクリームパスタ カイソウ 海藻サラダ ぶどうゼリー	ハヤシライス ミモザサラダ レタスと ベーコンのスープ くだもの (フルーツミックス) 	ベイハン 米飯 チキンソテー (トマトソース) ツケ 付) マカロニソテー ツケ 付) ブロッコリー ポテトサラダ チンゲンサイ 青梗菜のスープ マンゴープリン	ベイハン 米飯 サーモンムニエル タルタルソース ツケ 付) インゲンのソテー ツケ 付) かぼちゃのグリル キリボシダイコン 切干大根と ミズナ ユズ ア 水菜の柚子和え イロザサイ 彩野菜のコンソメスープ
ゆう夕	ベイハン 米飯 アジフライとイカリング ツケ 付) グリーンサラダ トウモロコシ アブラア 豆苗と油揚げの和え物 ス 清まし汁 (たけのこ) しば 漬け	たかな 高菜ライス アスパラサラダ レンコン 蓮根のポタージュ フルーツ杏仁	ベイハン 米飯 ギョウニク 牛肉とゴボウのしぐれ煮 ゴマ スア もやしの胡麻酢和え ス 清まし汁 (巻き麩) ノザワナ ツ 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 マーボー豆腐 キュウリ チクワ ス モノ 胡瓜と竹輪の酢の物 えのきと長葱の ショウガ 生姜スープ ヨーグルト	ベイハン 米飯 ロールキャベツ (コンソメ味) ブロッコリーと ウィナーのソテー ナス チュウカ 茄子の中華サラダ ふりかけ (さけ)	ベイハン 米飯 アタニク 豚肉とほうれん草の ミン 味噌マヨ炒め たたき 胡瓜の梅カツオ ミンシル 味噌汁 (豆腐・ワカメ) ゴマ昆布	ワカメおにぎり かき揚げそば シュンギク ミン 春菊の味噌和え べったら 漬け
せいぶん成分	I補給 - 1853 kcal たんぱくしつ 71.9 g 脂質 52.6 g えんぶん 8.7 g	I補給 - 1723 kcal たんぱくしつ 68.5 g 脂質 45.5 g えんぶん 7.2 g	I補給 - 1764 kcal たんぱくしつ 79.2 g 脂質 50.3 g えんぶん 9.1 g	I補給 - 1811 kcal たんぱくしつ 72.2 g 脂質 54.7 g えんぶん 7.8 g	I補給 - 1893 kcal たんぱくしつ 58.6 g 脂質 66.8 g えんぶん 8.4 g	I補給 - 1849 kcal たんぱくしつ 73.1 g 脂質 53.0 g えんぶん 8.7 g	I補給 - 1876 kcal たんぱくしつ 60.2 g 脂質 66.5 g えんぶん 6.8 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。