

月間献立表

					4月1日(金)	4月2日(土)		
朝食 昼食 夕食 栄養成分				御飯280g きんぴら包み焼 マヨ明太 味噌汁	御飯280g ウイナー 厚焼卵 味噌汁			
				御飯280g 牛丼 清まし汁 クレープ	御飯280g 鶏の照り焼き 野菜の卵とじ 白菜とツナのスープ			
				御飯280g ささみ0-ｶｯﾌﾟ&白身魚ﾌﾗｲ ミニトマト 豚汁	御飯280g 鮭のチーズ焼き 春キャベツのオカカ炒め けんちん汁			
				エネルギー 2443 kcal たんぱく質 80.0 g 脂質 71.1 g	2441 kcal 101.8 g 79.0 g			
		4月3日(日)	4月4日(月)	4月5日(火)	4月6日(水)	4月7日(木)	4月8日(金)	4月9日(土)
朝食	御飯280g 肉団子 納豆 ウイナースープ	御飯280g ハムエッグ 味噌汁 ヤクルト	御飯280g 金平牛蒡 ふりかけ 温泉卵 味噌汁	御飯280g 鮭の塩焼き のり佃煮 味噌汁 ヤクルト	パン スクランブルエッグ スープ バナナ 牛乳	御飯280g さつま揚げ ひじきの煮物 味噌汁	御飯280g ウイナー 金平牛蒡 味噌汁	
	御飯280g 鶏肉のハニーマスタード 春雨サラダ 味噌汁	御飯280g 回鍋肉 春巻き 中華風ワカメスープ	御飯280g オムライス エビのチリソース キャベツのスープ	御飯280g きつねうどん うずら卵ウイナー串 はちみつレモンゼリー	御飯280g 魚の明太マヨソース焼き 蓮根のバター醤油炒め はんぺんのすまし汁	御飯280g チャーハン 鶏唐揚げ 菜の花の清汁	御飯280g 豚肉の高菜炒め コロック ほうれん草とコーンのスープ	
昼食	御飯280g カツカレー 海藻サラダ フルーチェ	御飯280g 照り焼きハンバーグ スパソテー コーンクリームスープ	御飯280g 麻婆豆腐 シュウマイ 青菜の胡麻スープ	御飯280g 油淋鶏 ナムル ウイナースープ	御飯280g 牛肉と牛蒡の炒め煮 胡瓜とチーズのおかか和え ミニトマト 味噌汁	御飯280g 豚肉とアスパラの洋風炒め物 ｽﾊﾞﾝ ｸﾞ ﾃﾞｲ ﾏ ﾏ ﾚ ﾏ ﾚ ﾏ ﾚ ミニトマト 春雨スープ	御飯280g チキン南蛮 菜の花の胡麻和え 豚汁	
	エネルギー 2799 kcal たんぱく質 113.6 g 脂質 107.3 g	2650 kcal 83.9 g 86.3 g	2504 kcal 93.4 g 77.4 g	2589 kcal 93.7 g 87.0 g	2637 kcal 94.5 g 87.2 g	2545 kcal 96.2 g 82.0 g	2766 kcal 87.3 g 103.9 g	
		4月10日(日)	4月11日(月)	4月12日(火)	4月13日(水)	4月14日(木)	4月15日(金)	4月16日(土)
朝食	御飯280g サバカレー煮 しそ昆布 味噌汁	御飯280g ベーコンエッグ みそ汁 ヤクルト	御飯280g トマトミートオムレツ ウイナー 味の花 味噌汁	御飯280g ウイナーカツ マヨ明太 牛蒡の味噌汁 ヤクルト	パン スクランブルエッグ(チーズ) コンソメスープ バナナ コーヒー牛乳	御飯280g 肉団子 納豆 味噌汁	御飯280g ウイナー 厚焼卵 味噌汁	
	御飯280g チキンチリマヨソース 春雨の酢の物 野菜のスープ	御飯280g グラタン カリカリベーコンサラダ 卵スープ	御飯280g 魚のチリソースかけ 肉じゃが かしわ汁	御飯280g チャンポン 餃子 クレープ	御飯280g 鶏唐揚げ ｽﾊﾞﾝ ｸﾞ ﾃﾞｲ ﾏ ﾏ ﾚ ﾏ ﾚ ﾏ ﾚ 味噌汁	御飯280g 中華丼 しゅうまい 中華風コンソメスープ	御飯280g 梅ちりめんごはん 串カツ アスパラソテー スープ	
昼食	御飯280g キーマカレー サラダ プリン	御飯280g とんかつ ポテトサラダ 竹の子の清汁	御飯280g 焼き肉炒め 揚げだし豆腐 魚ソーメンのすまし汁	御飯280g チーズハンバーグ スパソテー オクラとコーンのスープ	御飯280g 鶏肉のレモンバターソテー トマトのチーズ焼き 豆腐の清汁	御飯280g メンチカツ シーチキンサラダ 清汁(えびボール)	御飯280g 鮭のマヨネーズ焼き 竹の子の金平 けんちん汁	
	エネルギー 2637 kcal たんぱく質 81.3 g 脂質 91.4 g	2565 kcal 66.1 g 95.1 g	2370 kcal 90.0 g 66.9 g	3165 kcal 84.1 g 113.7 g	3207 kcal 119.0 g 126.1 g	2482 kcal 76.0 g 81.4 g	2316 kcal 76.5 g 78.7 g	
		4月17日(日)	4月18日(月)	4月19日(火)	4月20日(水)	4月21日(木)	4月22日(金)	4月23日(土)
朝食	御飯280g 厚焼卵 鯖の塩焼き 味噌汁	御飯280g ハムエッグ 味噌汁 ヤクルト	御飯280g ウイナー 金平牛蒡 味噌汁	御飯280g サバカレー煮 豚みそ 味噌汁 ヤクルト	パン スクランブルエッグ 野菜スープ バナナ 牛乳	御飯280g きんぴら包み焼 調味噌 味噌汁	御飯280g 鮭の塩焼き ミニオムレツ 肉団子スープ	
	御飯280g 甘辛鶏揚げ コーンバター 豆腐の清汁	御飯280g ：血うどん 水餃子のスープ 中華ポテト	御飯280g チキン南蛮 水餃子サラダ 味噌汁	御飯280g チキンのオープン焼き 南瓜のそぼろ煮 味噌汁	御飯280g 麻婆豆腐 チヂミ かき玉汁	御飯280g ビビンバ丼 生麩の清汁 ゼリー	御飯280g 焼きそば ワカメスープ 原宿ドッグ	
昼食	御飯280g ハンバーグハヤシ カリカリじゃこサラダ フルーチェ	御飯280g 生姜焼き ミニトマト 味噌汁	御飯280g シチュー 豚しゃぶサラダ 珈琲ゼリー	御飯280g ミートボールの甘酢餡 胡瓜と玉子のｸﾞﾗｸﾞ ウイナーと野菜のスープ オレンジ	御飯280g ウイナーチーズ串&白身魚 豚汁	御飯280g 回鍋肉 揚げ里芋のあんがらめ 水餃子のスープ	御飯280g チキンカツ 大根の甘酢和え 味噌汁	
	エネルギー 2501 kcal たんぱく質 87.6 g 脂質 83.2 g	2365 kcal 90.6 g 66.6 g	2792 kcal 90.7 g 105.5 g	2758 kcal 82.8 g 92.7 g	2933 kcal 92.9 g 113.2 g	2676 kcal 91.7 g 84.4 g	2314 kcal 69.4 g 51.7 g	
		4月24日(日)	4月25日(月)	4月26日(火)	4月27日(水)	4月28日(木)	4月29日(金)	4月30日(土)
朝食	御飯280g さつま揚げ マヨ明太 味噌汁	御飯280g ベーコンエッグ 味噌汁 ヤクルト	御飯280g 肉団子 チキンナゲット 味噌汁	御飯280g 野菜とウイナー炒め 味噌汁 ヤクルト	パン スクランブルエッグ コンソメスープ バナナ コーヒー牛乳	御飯280g 肉団子 調味噌 味噌汁	御飯280g 野菜とベーコンのソテー 味噌汁	
	御飯280g えびカツ&鶏つまみ揚げ 大根の甘酢和え ウイナーと野菜のスープ	御飯280g 鶏照りタルタル 胡瓜のレモン和え カニカマのすまし汁	御飯280g とんかつ ツナポテトサラダ 味噌汁	御飯280g 揚げ鶏のチリソースかけ シーチキンサラダ 味噌汁	御飯280g スタミナ炒め 蒸し鶏サラダ 春雨スープ	御飯280g 肉うどん ちくわの磯部揚げ オレンジ	御飯280g 鮭のバターソテー 筑前煮 つみれ汁	
昼食	御飯280g ポークカレー 野菜サラダ ヨーグルト	御飯280g サーモンチーズﾌﾗｲ 茄子の味噌炒め ミニトマト けんちん汁	御飯280g 青葱肉絲 春巻き コーンスープ	御飯280g ミートスパゲティ 野菜ｸﾞﾗｸﾞ ほうれん草のすまし汁	御飯280g サバのかば焼き ピーマンソテー 味噌汁	御飯280g 麻婆茄子 チキンナゲット シラスのかき玉汁	御飯280g 鶏唐揚げ コーンスローサラダ すまし汁	
	エネルギー 2472 kcal たんぱく質 71.9 g 脂質 77.6 g	2540 kcal 92.7 g 87.0 g	2708 kcal 86.7 g 95.1 g	2838 kcal 89.2 g 93.8 g	2700 kcal 104.7 g 80.0 g	2467 kcal 85.3 g 63.1 g	2424 kcal 93.3 g 77.6 g	

※都合により献立変更する場合がありますのでご了承ください。