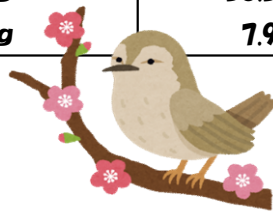




# 週間献立表

	3月31日(月)	4月1日(火)	4月2日(水)	4月3日(木)	4月4日(金)	4月5日(土)	4月6日(日)
朝食	ごはん といつくね 白菜の和え物 のい佃煮 みそ汁	ごはん 厚揚げの治部煮 キャベツのピーナッツ和え えびみそ みそ汁	ごはん 野菜つみれの煮物 ほうれん草の和え物 たいみそ みそ汁	ごはん 炒り豆腐 白菜のおかか和え ふいかけ みそ汁	ごはん 納豆 小松菜の煮浸し あみ佃煮 みそ汁	食パン ツナ野菜ソテー カリフラワーの和風和え コーンスープ	ごはん ちくわと大根の煮物 オクラのお浸し ふいかけ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め じゃが芋の煮物 きゅうりのゆかり和え お吸い物	お赤飯 ぶりの塩麴焼き 天ぷら 炊き合わせ 菜の花の錦糸和え ぶどうクラッシュ杏仁	ごはん ほきのトマトソースかけ ブロッコリーのコンソメ煮 ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 和風ハンバーグ 青梗菜の炒め物 もやしのサラダ みそ汁	ごはん 赤魚の煮付け かぶの炒り煮 春雨サラダ みそ汁	ごはん ポークチャップ ほうれん草ソテー マカロニサラダ コンソメスープ	ごはん かれいのみりん焼き 豚肉と蓮根の炒め物 キャベツの青じそ和え お吸い物
おやつ	おやつセレクト	練り切り	ウエハース	水ようかん	チョコパン	ライチゼリー	まかいせんべい
	ごはん たらこの照り焼き 大根のかにあんかけ 青しその実漬け みかん缶	ごはん 鶏肉の香味焼き ひじきの煮物 白花豆 パイン缶	ごはん 千草焼き 冬瓜の土佐煮 桜大根 洋梨缶	ごはん さばの塩焼き 鶏挽肉とごぼうの旨煮 大豆と金時豆の甘煮 黄桃缶	ごはん 豚肉のごま味噌焼き さつまいもの煮物 昆布佃煮 りんご缶	ごはん ぶくさ焼き なすの含め煮 うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん 鶏肉のマスタード焼き もやしとハムの炒め物 たくあん バナナ
エネルギー	1463 Kcal	1438 Kcal	1330 Kcal	1362 Kcal	1401 Kcal	1635 Kcal	1343 Kcal
蛋白質	51.3 g	58.5 g	55.6 g	52.3 g	58.5 g	58.2 g	50.6 g
塩分	8.2 g	7.9 g	6.9 g	6.4 g	7.8 g	7 g	7.3 g



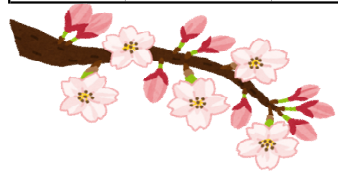
※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



# 週間献立表

	4月7日(月)	4月8日(火)	4月9日(水)	4月10日(木)	4月11日(金)	4月12日(土)	4月13日(日)
朝食	ごはん 厚焼き卵 いんげんのおかか和え のい佃煮 みそ汁	ごはん じゃが芋のそぼろ煮 もやしときゅうりの和え物 うめびしお みそ汁	ごはん はんぺんのチーズのせ焼き キャベツのゆかり和え ゆずみそ みそ汁	食パン スクランブルエッグ 白菜サラダ コンソメスープ	ごはん 豆腐チャンフル 菜の花のお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん 肉詰めいなの煮物 もやしの和風和え 金山寺みそ みそ汁	ごはん ウインナーソーテー フロッコリーの和え物 ふりかけ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 麻婆豆腐 えび焼売 ほうれん草のナムル 中華スープ	ごはん さほの七味焼き 大根の煮物 カリフラワーの中華和え みそ汁	ごはん 鶏肉のトマトソースかけ さつま芋の煮物 スパゲティサラダ コンソメスープ	ごはん 白身魚のみそチーズ焼き かぶの水晶煮 もやしの和え物 お吸い物	ごはん キーマカレー 大根サラダ 福神漬け ジョア	ごはん 中華風卵焼き 肉しゃうまい キャベツのボン酢和え 中華スープ	鶏南蛮うどん なすの味噌田楽 ほうれん草のおかか和え ヨーグルト
おやつ	吹雪饅頭	パン	バウムクーヘン	味噌饅頭	手作りきなこ蒸しパン	ソフトサラダ	クリームパン
	ごはん あじ照り焼き なすとピーマンの炒め物 うずら豆 白桃缶	ごはん 中華煮 焼ビーフン 高菜漬け みかん缶	ごはん たらふ揚げ煮 青梗菜の炒め煮 つぼ漬け 洋梨缶	ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め かぼちゃの煮物 白花豆 マンゴー缶	麦ごはん 赤魚の香味焼き ちくわと小松菜の煮びたし 赤しその実漬け バナナ	ごはん 白身魚のピーナッツ焼き 切干大根の炒め煮 金時豆 りんご缶	ごはん 豆腐ハンバーグ たけのこのそぼろ煮 きゅうり漬け パイン缶
エネルギー	1482 Kcal	1467 Kcal	1403 Kcal	1446 Kcal	1401 Kcal	1388 Kcal	1447 Kcal
蛋白質	60.6 g	56.7 g	51.6 g	48.3 g	56.2 g	55.5 g	51.2 g
塩分	7.3 g	8.3 g	6.5 g	6.4 g	7.4 g	7.9 g	9.1 g

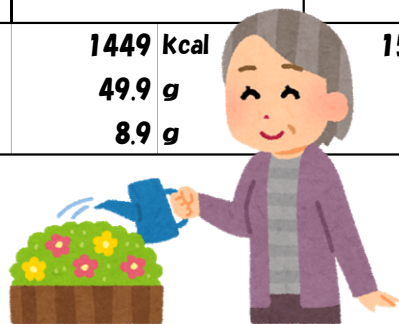


※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

# 週間献立表

	4月14日(月)	4月15日(火)	4月16日(水)	4月17日(木)	4月18日(金)	4月19日(土)	4月20日(日)
朝食	ごはん さつまいもの煮物 オクラのお浸し えびみそ みそ汁	ごはん だし巻き卵 いんげんのごまマヨ和え のり佃煮 みそ汁	ごはん ツナとじゃが芋の煮物 ほうれん草の白和え ふいかけ みそ汁	ごはん がんもの煮物 ブロッコリーの和え物 たいみそ みそ汁	ごはん はんぺんの含め煮 白菜の和え物 うめびしお みそ汁	ごはん 厚揚げの吉野煮 大根のゆかり和え ゆずみそ みそ汁	食パン スクランブルエッグ フレンチサラダ オニオンスープ
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん あじの生姜醤油焼き 肉じゃが 春雨サラダ みそ汁	ごはん 揚げ豆腐の野菜あん 小松菜の炒め煮 カリフラワーサラダ みそ汁	ごはん 白身魚のムニエル和風 タルタルソース キャベツのソテー もやしのサラダ コンソメスープ	親子丼 かぶとふきの煮物 ポテトサラダ みそ汁	ごはん さばの味噌煮 かぼちゃの煮物 もやしの和え物 お吸い物	ごはん 鶏肉のごま醤油焼き かぶの煮物 菜の花のからし和え お吸い物	ごはん ホキのマヨネーズ焼き ひじきの煮物 ほうれん草のナムル みそ汁
おやつ	炭酸饅頭	日向夏フロマージュ	抹茶パンケーキ	ロールケーキモナカ	ほたほた焼き	ドームケーキ	白い風船
	ごはん 豚肉のポン酢炒め 青梗菜の煮浸し 昆布佃煮 フルーツカクテル缶	ごはん たら煮付け なすのみそ炒め うぐいす豆 マンゴー缶	ごはん 豚肉のにんにく醤油炒め 冬瓜のくず煮 青しその実漬け バナナ	ごはん 赤魚の粕漬け 若竹煮 大豆と金時豆の甘煮 洋梨缶	ごはん 豚肉の生姜焼き 春雨煮 たくあん みかん缶	ごはん かれいのバター焼き れんこんきんぴら きゃらぶき 白桃缶	ごはん 肉野菜炒め エビしょうまい ザーサイ りんご缶
エネルギー	1449 Kcal	1536 Kcal	1515 Kcal	1469 Kcal	1408 Kcal	1400 Kcal	1432 Kcal
蛋白質	49.9 g	55 g	51.6 g	62.1 g	49.7 g	53 g	49.1 g
塩分	8.9 g	6.6 g	7.8 g	7.1 g	7.3 g	6.1 g	7 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

# 週間献立表

	4月21日(月)	4月22日(火)	4月23日(水)	4月24日(木)	4月25日(金)	4月26日(土)	4月27日(日)
朝食	ごはん 納豆 白菜の信田煮 あみえび佃煮 みそ汁	ごはん ちくわの甘辛煮 キャベツのお浸し 金山寺みそ みそ汁	ごはん 高野豆腐の煮物 なすのポン酢和え ふいかけ みそ汁	ごはん ミートボール もやしの和え物 のり佃煮 みそ汁	ごはん がんと大根の煮物 ほうれん草のかにかま和え うめびしお みそ汁	食パン オムレツ フロッキーサラダ クリームポタージュ	ごはん 絹厚揚げの治部煮 キャベツの生姜和え えびみそ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏の香味ソース さつまいもの煮物 かぶの青じそ和え お吸い物	ごはん 五目卵焼き和風あん 里芋のごま煮 菜の花の香味和え みそ汁	麦ごはん さばの西京焼き ツナとカリフラワーのソテー ほうれん草の和え物 お吸い物	ソース焼きそば 焼き餃子 春雨サラダ ジョア	ごはん 白身魚のフライ かぶの煮物 グリーンサラダ みそ汁	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き 青梗菜の炒め煮 ポテトサラダ みそ汁	ごはん かに入り卵焼き和風あんかけ なすの含め煮 いんげんのピーナッツ和え みそ汁
おやつ	いちごクレープ	やわらかおかき	クッキー	チョコバウムクーヘン	黒糖パンケーキ	手作り抹茶蒸しパン	酒饅頭
	ごはん たらのごまだれがらめ 小松菜の煮浸し しば漬け パイン缶	ごはん 豚肉の玉葱ソース炒め 大根のかにあんかけ うずら豆 バナナ	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き 青梗菜の炒め物 桜大根 黄桃缶	ごはん 赤魚の照り焼き れんこんと豚肉の炒り煮 金時豆 洋梨缶	ごはん 豚肉の南部焼き きんぴらごぼう つぼ漬け みかん缶	ごはん あじの塩麹焼き ひじきの煮物 白花豆 マンゴー缶	ごはん 白身魚の味噌マヨ焼き 挽肉とかぶの煮物 きゅうり漬け フルーツカクテル缶
エネルギー	1349 Kcal	1546 Kcal	1388 Kcal	1432 Kcal	1397 Kcal	1439 Kcal	1396 Kcal
蛋白質	55.6 g	54.8 g	57.5 g	56.8 g	46.8 g	60.2 g	55.2 g
塩分	6.9 g	6.5 g	7 g	7 g	7.9 g	8.7 g	7.6 g

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



# 週間献立表



	4月28日(月)	4月29日(火)	4月30日(水)				
朝食	ごはん 鶏つみれの煮物 マカロニサラダ ふりかけ みそ汁	ごはん あんかけ五目玉子 白菜の塩昆布和え ゆずみそ みそ汁	ごはん 豆腐のそぼろがけ オクラのお浸し ふりかけ みそ汁				
10時	牛乳	牛乳	牛乳				
昼食	ごはん たらこの粕漬け焼き 冬瓜の土佐煮 ほうれん草のごまよごし みそ汁	ごはん 鶏肉のタルタル焼き じゃが芋のバター炒め キャベツ酢漬け みそ汁	ごはん 赤魚の香味焼き かぶのくず煮 ほうれん草のごま和え みそ汁				
おやつ	メロンムース	ドーナツ	セレクト				
	ごはん 回鍋肉 春巻き 高菜漬け バナナ	ごはん 白身魚の梅肉焼き 小松菜の煮浸し うぐいす豆 りんご缶	ごはん 煮込みハンバーグ もやしと卵の炒め物 赤豆の実漬け みかん缶				
エネルギー	1474 Kcal	1394 Kcal	1363 Kcal				
蛋白質	52.3 g	52.4 g	54.9 g				
塩分	7.6 g	6.7 g	7.2 g				

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。