

予定献立表

基本食1400

	4月1日 (月)	4月2日 (火)	4月3日 (水)	4月4日 (木)	4月5日 (金)	4月6日 (土)	4月7日 (日)
朝食	御飯130g 味噌汁 目玉焼き 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 卵焼き ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 オクラ納豆 ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 大豆五目煮 ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 スラッパルエッグ たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 青菜とさつま揚げの炒め煮 のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 洋風卵焼き ゆずみそ 牛乳
昼食	御飯130g 魚のオーロラソースかけ 南瓜サラダ 豚汁 果物	御飯130g 豚の生姜焼き さつまいもハニーサラダ 中華スープ 果物	御飯130g ハンバーグ 春雨の酢の物 中華スープ 漬物	御飯130g 白身魚のピザ焼き ほうれん草の胡麻和え コンソメスープ 果物	御飯130g 豚肉の梅風味焼き 南瓜のヨーグルトサラダ 赤出し 果物	御飯130g 麻婆豆腐 菜の花がが 青梗菜のスープ 漬物	御飯130g チキンチャップ オクラの和風マヨ和え ワカメスープ 果物
間食	★ババロアシュー	★ととやき	★もみじ饅頭	★クリームコンフェ	★コーヒー羊羹	★チョコバナナケーキ	★ほうじ茶プリン
夕食	御飯130g 鶏のタルタル揚げ ひじきの五目煮 だしとろろ	御飯130g 揚げ魚のレモン煮 キャベツの甘酢和え ほうれん草ソテー	御飯130g あじの南蛮漬け ブロッコリーのごま和え 南瓜と枝豆のくず煮	御飯130g 鶏の唐揚げ 茄子のマリネ 中華風炒め物	御飯130g さわらの味噌焼き マカロニサラダ 卵と絹さやの炒め物	御飯130g 魚のソースかけ ほうれん草の辛子和え 南瓜の煮物	御飯130g 白身魚のフライ もやしの和え物 ごぼうのピリカラ炒め
成分	エネルギー(kcal) 1401 たんぱく質 60.4 脂質 44.9	1401 60.1 39.9	1386 55.2 39.3	1401 62.9 45.9	1406 66.4 44.3	1401 57.2 43.8	1412 56.5 47.4

食材の入荷状況によりメニューを変更する場合がございますのでご了承ください。

R6.4.1