



# 予定献立表



## 基本食1400

	3月24日(月)	3月25日(火)	3月26日(水)	3月27日(木)	3月28日(金)	3月29日(土)	3月30日(日)
朝食	御飯130g 味噌汁 洋風卵焼き たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 豆ひじき いりこみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 鶏と白菜のみぞれ煮 のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 豚バラ大根 ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 オムレツ たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 納豆 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 刻みオクラ のり佃煮 牛乳
昼食	御飯130g ゆかりご飯 豚肉のマーマレード炒め 南瓜のカレー風味サラダ 卵となめこのスープ 果物	御飯130g 魚のオーロラソースかけ 和風ゴボウサラダ すまし汁 うぐいす豆	御飯130g タッカルビ もやしナムル 華風J-ソープ 果物	御飯130g 葱味噌マヨネーズ焼き ツナサラダ 赤出し 果物	御飯130g 魚の野菜あんかけ 春雨サラダ カレースープ 漬物	御飯130g 立田揚げ 味噌マヨサラダ 根菜汁 漬物	御飯130g 豚肉のスタミナ炒め さつま芋のハーサラダ のっぺい汁 果物
間食	★ピーチプリン	★人参ケーキ	★あんドーナッツ	クリームコンフェ	★ほうじ茶プリン	ととやき(苺)	★バームクーヘン(チョコ)
夕食	御飯130g あじフライ かぼちゃドレッシング和え 里芋の煮物	御飯130g おろしハバーグ 新玉葱とレタスサラダ ジャガバタソ炒め	御飯130g 鰯のトロマヨ焼き さっぱりかき揚げ 野菜炒め	御飯130g 鶏肉のポトフ風 さつま芋の甘煮 金時豆煮	御飯130g 豚肉の梅風味焼き スパゲティーサラダ かぼちゃとピーズのくず煮	御飯130g 鶏つくね もやし和え 人参のツナ炒め	御飯130g チキンカツ ひじきの五目煮 だしとろろ
成分	エネルギー(kcal) 1409 たんぱく質 55.4 脂質 40.5	1410 57.2 39.3	1410 55.5 45.3	1395 54.1 35.9	1406 53.7 46.9	1404 57.9 54.4	1409 55.4 39.9



食材の入荷状況により、献立を一部変更する場合がございます。ご了承ください。

R7.3.24

