

	4/21(月)	4/22(火)	4/23(水)	4/24(木)	4/25(金)
あ	ごはん みそ汁(小松菜 麴) はんぺん蒸し煮 ツナ和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(冬瓜 切麴) オムレツ 三色和え 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(山東菜 ねぎ) さわらの西京焼 アスパラのごま和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(玉ねぎ 貝割菜) いり豆腐 小松菜のかか和え 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(いんげん 白玉麴) 温泉卵 ビーフン炒め ふりかけ 牛乳
さ	ごはん ミートローフ 春雨サラダ フルーツ(バナナ)	ごはん すき焼き風 ポテトサラダ フルーツゼリー	＜選べるメニュー＞ A食 B食 ごはん 焼きうどん 豆腐田楽 サラダ フルーツ フルーツ (マンゴー) (マンゴー)	ごはん チキンマリネ風 じゃがいもの甘辛煮 フルーツポンチ	ごはん あじの梅煮 三色和え フルーツゼリー
る	ごはん みそ汁 サーモンの焼魚 南瓜の含煮 ほうれん草の和え物 	ごはん ワンタン汁 タラのムニエル かぶの酢の物 みそ炒め	麦ごはん みそ汁(キャベツ 高野豆腐) 豚もも生姜焼き とろろ芋 冬瓜の煮物	ごはん みそ汁(大根 人参) さば塩焼き 豆もやし炒め 白菜のからし和え	ごはん みそ汁(かぶ 糸みつば) から揚げ 野菜の八宝菜風 甘酢和え
成分値	エネルギー 1832kcal たんぱく質 69.4g 脂質 46.7g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1825kcal たんぱく質 73.6g 脂質 43.2g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 1755kcal たんぱく質 75.8g 脂質 41.8g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1750kcal たんぱく質 79.7g 脂質 51g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1848kcal たんぱく質 74.2g 脂質 49.8g 食塩相当量 7.2g
	4/26(土)	4/27(日)	4/28(月)	4/29(火)	4/30(水)
あ	ごはん みそ汁(冬瓜 ねぎ) しらす入玉子蒸し アスパラサラダ 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(白菜 高野豆腐) 卵とじ 小松菜の二色和え 梅びしお 牛乳	ごはん みそ汁(玉ねぎ みつば) 湯豆腐 ほうれん草のツナ和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(小松菜 ねぎ) さば缶 おろし 白菜の煮物 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(いんげん 切麴) 目玉焼き ほうれん草しらす和え たいみそ 牛乳
さ	筍ごはん 照焼(赤魚)盛り合わせ ポテトサラダ 花見菓子	ごはん 麻婆豆腐 いんげんのごま和え フルーツ(マンゴー) 	ごはん 魚のさざれ焼 揚げ茄子 フルーツ(バナナ)	カレーライス 菜味 キャベツの温サラダ フルーツヨーグルト	ごはん 八宝菜 わかめの酢の物 フルーツ(パイナップル)
る	ごはん みそ汁(豆腐 ねぎ) とり肉のオニオンソース 浸しなす チンゲン菜のかか和え	ごはん かき玉汁 鶏肉のはちみつレモン焼き 里芋の煮物 スパゲッティサラダ	ごはん みそ汁(じゃがいも 青ねぎ) 焼豚 切干だいこん炒め煮 オクラのかか和え	ごはん みそ汁(冬瓜 貝割) ぎせい豆腐あんかけ チンゲン菜のナムル 南瓜の含煮	ごはん 清汁(豆腐 糸みつば) さわらのねぎ風味焼き ふろふき大根 マカロニサラダ
成分値	エネルギー 1775kcal たんぱく質 75.2g 脂質 40.2g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1850kcal たんぱく質 78.7g 脂質 46.1g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1857kcal たんぱく質 76.2g 脂質 55.1g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1829kcal たんぱく質 72.7g 脂質 43.4g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1847kcal たんぱく質 72.7g 脂質 49.7g 食塩相当量 7.1g

※都合により献立内容を変更することがございます。
 ※選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに
 別途所定の額をご負担いただきますのでご了承ください。

栄養管理科