

| | 4/11(土) | 4/12(日) | 4/13(月) | 4/14(火) | 4/15(水) |
|--------|--|---|---|---|---|
| あ さ | ごはん みそ汁(里芋) 温泉卵 野菜の八宝菜風 味付のり | ごはん みそ汁(大根 麩) 豆腐の野菜あんかけ チンゲン菜のマヨ和え ふりかけ | ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) 卵とじ 和え物(小松菜) 味付のり | ごはん みそ汁(玉ねぎ 里芋) 湯豆腐 いんげんの和え物 ふりかけ | ごはん みそ汁(かぶ キヌサヤ) 目玉焼き アスパラのみそマヨ和え 味付のり |
| ひ る | ごはん 鮭のムニエル ほうれん草の柚子香和え フルーツ(マンゴー) 牛乳 | カレーライス 薬味 サラダ フルーツ(パイナップル) 牛乳 | ごはん たらのクリーム煮 山東菜のかか和え フルーツゼリー 牛乳 | ごはん とり肉オランダ焼 キャベツ酢醤油和え フルーツ(バナナ) 牛乳 | ごはん 蒸し魚野菜ソースかけ カリフラワーサラダ フルーツ(はっさく) 牛乳 |
| よ る | ごはん みそ汁(小松菜 切麩) 豚肉のオニオンソース マロニー甘辛煮 揚げなす生姜しょうゆ  | ごはん なめこ汁 ほっけの焼魚 里芋の煮物 かぶの酢の物 | ごはん みそ汁(キャベツ 高野豆腐) から揚げ 甘煮 おろし和え | ごはん かき玉汁 さばみそ煮 豆もやし炒め ほうれん草の磯和え | ごはん みそ汁(小松菜 ねぎ) ミートローフ 南瓜の含煮 めかぶとろろ |
| 成分値 | エネルギー 1847kcal たんぱく質 77.1g 脂質 49.7g 食塩相当量 7g | エネルギー 1830kcal たんぱく質 66.9g 脂質 45.3g 食塩相当量 7.3g | エネルギー 1828kcal たんぱく質 75.2g 脂質 40.7g 食塩相当量 6.7g | エネルギー 1841kcal たんぱく質 76.7g 脂質 54.7g 食塩相当量 6.8g | エネルギー 1827kcal たんぱく質 72.9g 脂質 46.6g 食塩相当量 7.2g |
| | 4/16(木) | 4/17(金) | 4/18(土) | 4/19(日) | 4/20(月) |
| あ さ | ごはん みそ汁(大根 切麩) いり豆腐 ほうれん草のごま和え たいみそ | ごはん みそ汁(玉葱 白玉麩) えびしんじょ 白菜の梅風味和え ふりかけ | ごはん みそ汁(いんげん 里いも) 温泉卵 ビーフン炒め煮 ふりかけ | ごはん みそ汁(冬瓜 高野豆腐) さんま缶 小松菜の炒め煮 味付のり | ごはん みそ汁(かぶ 青ねぎ) 厚焼き玉子 チンゲン菜のマヨ和え ふりかけ |
| ひ る | ごはん 八宝菜 かぶの柚香和え プリン 牛乳 | ごはん 親子煮(乳和食) 温野菜サラダ フルーツ(いよかん) 牛乳 | ごはん かれいの焼魚 きんぴら大根煮 フルーツ(マンゴー) 牛乳 | ごはん 四川豆腐風 キャベツのゆでサラダ フルーツゼリー 牛乳 | ごはん 鶏肉の香味蒸し焼き 白菜の和えもの フルーツポンチ 牛乳  |
| よ る | ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) ぶりの照焼 ピーマンの甘辛煮 山東菜の浸し和え | ごはん かしわ汁 ほきのチリソース 切干だいこん煮 小松菜のお浸し | 雑穀ごはん みそ汁(豆腐 わかめ) 豚肉おろし焼き こんにゃくピリカラ煮 二色和え | ごはん みそ汁(山東菜 切麩) 豚もも生姜焼き 筍の土佐煮 いんげんツナ和え | ごはん みそ汁(じゃがいも 玉ねぎ) あじのさざれ焼 大根の炒め煮 蒸しなす生姜醤油かけ |
| 成分値 | エネルギー 1841kcal たんぱく質 81.1g 脂質 47.1g 食塩相当量 6.8g | エネルギー 1839kcal たんぱく質 76.2g 脂質 49.4g 食塩相当量 7g | エネルギー 1824kcal たんぱく質 76.8g 脂質 44.3g 食塩相当量 6.9g | エネルギー 1858kcal たんぱく質 79g 脂質 51.8g 食塩相当量 6.3g | エネルギー 1876kcal たんぱく質 68.9g 脂質 57.1g 食塩相当量 7.5g |

※都合により献立内容を変更することがございます。