

WEEKLY MENU

		月 4月4日		火 4月5日		水 4月6日		木 4月7日		金 4月8日		土 4月9日		日 4月10日	
 <p>朝食</p>	ミルクパン (りんごジャム)		ロールパン (いちごジャム)		食パン (マ加里)		ロールパン (マーマレード)		クロワッサン		ミルクパン (りんごジャム)		クロワッサン		
	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		
	味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		
	ハムステーキ		かに玉野菜あん		五目野菜の肉団子		魚肉ソーセージソテー		豚肉の玉子とじ		オムレットマトソース		豆腐ハンバーグ		
	だし巻き玉子		スナップエンドウと カリフラワーのソテー		もやしと錦糸卵の和え物		ほうれん草のナムル		油揚げと切干大根のサラダ		枝豆ポテトサラダ		じゃが芋と豚肉のバター醤油炒め		
	グリーンサラダ		ハッシュドポテト		納豆		カリカリポークと キャベツのサラダ		フライドポテト		チキンナゲット		柾ひ草と春雨のフリカドレ和え		
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
エネルギー	たんぱく質	577kcal	32.9g	764kcal	21.3g	717kcal	33.9g	690kcal	32.7g	770kcal	31.1g	671kcal	27.1g	811kcal	25.7g
脂質	炭水化物	24.0g	60.4g	44.9g	71.0g	37.1g	66.8g	36.8g	58.8g	43.4g	63.9g	33.2g	66.8g	47.6g	74.8g
食塩相当量		5.2g		4.8g		5.0g		6.0g		6.1g		4.3g		5.4g	
エネルギー	たんぱく質	823kcal	35.4g	996kcal	23.1g	949kcal	35.9g	899kcal	34.5g	942kcal	33.7g	895kcal	29.6g	937kcal	28.3g
脂質	炭水化物	20.3g	124.5g	42.0g	130.3g	30.6g	131.5g	28.8g	123.8g	30.5g	128.9g	29.5g	125.5g	29.6g	139.8g
食塩相当量		4.5g		4.2g		4.2g		5.3g		5.5g		3.6g		4.7g	
 <p>昼食</p>	ポークカレー		ゆかりご飯		豚ブルコギ丼		ご飯		牛丼		ご飯		親子丼		
	キャベツと海草のサラダ		かき揚げうどん		味噌汁		筍とニラの中華スープ		味噌汁		鶏南蛮うどん		清まし汁		
	ピーチフルーチェ		豚肉とれんこんのオイスター炒め		青梗菜と人参の和え物		ベーコンと彩り野菜の ペペロンチーノ		おくらと長芋の和え物		メンマときゅうりのピリ辛和え		ブロッコリーのピーナッツ和え		
			フルーツ (パイナップル)		杏仁豆腐		春巻き		はちみつレモンゼリー		フルーツ (バナナ)		フルーツ (黄桃缶)		
エネルギー	たんぱく質	1,156kcal	23.6g	842kcal	20.8g	1,458kcal	41.9g	996kcal	25.8g	870kcal	22.6g	863kcal	33.8g	1,110kcal	35.9g
脂質	炭水化物	13.8g	226.9g	15.7g	156.3g	55.9g	184.8g	26.2g	155.6g	30.4g	127.4g	16.2g	146.0g	18.0g	193.5g
食塩相当量		5.7g		9.5g		6.6g		5.2g		5.9g		9.3g		6.0g	
 <p>夕食</p>	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		
	味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		味噌汁		
	チキンカツ		カラフル焼肉		揚げサバの油淋鶏ソース		鶏唐チリソース		チキンのトマト煮		アジフライ		牛肉じゃが		
	スロー		もやしと小松菜の辛子和え		菜の花のベーコン炒め		スロー		カールミックス		コロッケ		湯葉と昆布の彩り和え		
	切干大根とさつま揚げの煮物		グリーンカール				茄子の青じそ和え		白菜のおかか和え		スロー				
			ひじき煮								スパソテー				
										いんげんの白和え					
エネルギー	たんぱく質	904kcal	37.0g	997kcal	27.9g	955kcal	32.9g	997kcal	30.0g	1,000kcal	32.3g	907kcal	26.4g	905kcal	23.8g
脂質	炭水化物	21.1g	138.2g	40.3g	127.2g	33.4g	126.8g	41.5g	123.8g	32.4g	139.0g	22.0g	147.4g	22.3g	152.5g
食塩相当量		3.7g		5.8g		4.2g		5.3g		4.8g		4.6g		8.0g	

※仕入の都合により、メニューが変更になる場合があります。ご了承下さい。