

 週間予定献立表

日付	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日
	月	火	水	木	金	土	日
朝	パン(黒糖ロール、耳なし食パン)	御飯	さつま芋茶粥	パン(バターロール、レーズンパン)	御飯	御飯	御飯
	ポタージュ	味噌汁(まいたけ、小松菜)	味噌汁(おつゆ麩、水菜)	コンソメスープ(人参、マッシュルーム)	味噌汁(舞たけ、葱)	味噌汁(大根、しめじ)	味噌汁(白菜、豆苗)
	ミートボール	シーフード卵焼き	つくね団子の照り煮	ウインナー野菜ソテー	白菜の煮浸し	納豆	ちくわの含め煮
	サウザンサラダ	オクラのお浸し	豆サラダ	もやしのサラダ	しらすおろし	野菜ソテー	小松菜のお浸し
	いちごジャム	梅干し	牛乳	マーマレードジャム	漬物(つぼ漬)	漬物(千切り沢庵)	のり佃煮
	牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	474kcal	397kcal	525kcal	366kcal	378kcal	461kcal	407kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(あさり、ちんげん菜)	すまし汁(とろろ昆布、かぶ菜)	たまごスープ	若竹汁(竹の子、わかめ)	コンソメスープ(コーン、赤ピーマン)	味噌汁(絹さや、畑菜)	味噌汁(もやし、にら)
	フルーツ(オレンジ)	漬物(高菜漬け)	白花豆	漬物(しその実漬け)	コンポート(黄桃缶)	漬物(しば漬)	コンポート(白桃缶)
	A鮭の柚庵焼き	Aぶり大根	Aほきのムニエル	Aほっけの塩焼き	A鰯の南蛮漬け	Aさわらの西京焼き	Aさばそば
	B照り焼き丼	B厚揚げと豚の煮素炒め	Bチンジャオロース風	Bタンドリーチキン	Bデミハンバーグ	B豚肉の生姜炒め	B揚げ出し豆腐あんかけ
	南瓜の煮付け	エリンギと野菜のオイスター炒め	味噌ポテト	切干大根の炒り煮	シュウマイ	冬瓜の土佐煮	昆布の煮物
	シルバーサラダ	マカロニサラダ	春菊のおかか和え	うまい菜の辛子和え	牛蒡の味噌マヨ和え	ほうれん草の白和え	和風和え
	567kcal	546kcal	501kcal	411kcal	603kcal	454kcal	501kcal
	539kcal	553kcal	495kcal	458kcal	590kcal	545kcal	617kcal
おやつ	ワッフル・牛乳	スイスロールいちご・牛乳	ぽたぽた焼き・牛乳	いちごゼリー・牛乳	もみじ饅頭・牛乳	フルーチェ・牛乳	ドームケーキ・牛乳
おやつエネルギー	130kcal	138kcal	112kcal	114kcal	168kcal	105kcal	165kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	ゆかり御飯	御飯
	味噌汁(おつゆ麩、大根菜)	味噌汁(かぶ、揚げ)	味噌汁(なめこ、豆腐)	味噌汁(里芋、貝割れ)	味噌汁(玉ねぎ、白玉麩)	もずくスープ	すまし汁(小花麩、畑菜)
	豚野菜炒め	コロッケ、白身フライ	鱈のちゃんちゃん焼き	酢鶏	めばるの煮付け	さばの照り焼き	赤魚のザーサイ蒸し
	ツナの和え物	ちくわと豆苗マヨポン和え	ブロッコリーのかにあんかけ	キャベツの生姜和え	大根の酢の物	ふきの煮物	里芋のそぼろあん
	漬物(白菜漬け)	コンポート(洋梨缶)	漬物(赤しその実漬け)	コンポート(みかん缶)	しそ昆布佃煮	コンポート(りんご缶)	漬物(桜大根)
エネルギー	467kcal	687kcal	396kcal	504kcal	395kcal	510kcal	400kcal

