



週間予定献立表

日付	3月30日	3月31日	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯	麦御飯	御飯	ゆかり粥	パン	御飯	麦御飯
	味噌汁(うまい菜、たまねぎ)	味噌汁(大根、きぬさや)	味噌汁(キャベツ、いんげん)	味噌汁(豆腐、大根葉)	コンソメスープ(大根、かぶの葉)	味噌汁(わかめ、まいたけ)	味噌汁(チンゲン菜、しめじ)
	かにかまの卵とじ	白菜の煮物	さつま揚げの炒め煮	高野豆腐の煮物	オムレツ	はんぺんチーズのせ焼き	野菜ソテー
	ブロッコリー和え	オクラ和え	大根の和風マヨネーズ和え	もやしのゆず和え	菜の花のカニカマ和え	春菊のなめ茸和え	とろろ
	海苔の佃煮	ふりかけ(かつお)	たいみそ	牛乳	あんずジャム	ふりかけ	牛乳
	牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	
エネルギー	472kcal	394kcal	463kcal	422kcal	455kcal	444kcal	404kcal
昼	御飯	御飯	豆御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	すまし汁(とろろ昆布、みつば)	味噌汁(ほうれん草、ねぎ)	すまし汁(かまぼこ、みつば)	コンソメスープ(かぶ、人参)	味噌汁(玉ねぎ、麩)	コンソメスープ(うまい菜、人参)	味噌汁(さつまいも、ねぎ)
	漬物(しば漬)	コンポート(洋梨缶)	コンポート(みかん缶)	フルーツ(パイン)	コンポート(黄桃缶)	漬物(しば漬)	コンポート(カクテル缶)
	A赤魚のみりん漬け	Aたぬきうどん	Aさわらの塩焼き	A和風ハンバーグ	A白身魚の香味焼き	Aポークチャップ	A鶏肉のマスタード焼き
	B鶏肉のクリーム煮	B白身魚のピカタ	B鶏肉のピリ辛焼き	Bかれいのおろし煮	Bチンジャオロース	B赤魚の中華ソース	Bぶりの粕漬け焼き
	もやしの炒め煮	鶏天ぷら	豆腐の木の芽焼き	ベーコンとカリフラワーソテー	がんもの煮物	ふきの含め煮	かぶの土佐煮
	パンプキンサラダ	キャベツの胡麻風味和え	ほうれん草の錦糸和え	青梗菜のおかか和え	春雨サラダ	ポテトサラダ	ブロッコリーサラダ
Aエネルギー	505kcal	503kcal	510kcal	530kcal	483kcal	521kcal	553kcal
Bエネルギー	586kcal	510kcal	506kcal	452kcal	567kcal	432kcal	553kcal
おやつ	今川焼き・牛乳	イチゴスペシャル・牛乳	ようかん・牛乳	せんべい・牛乳	パンラクレープ・牛乳	ライチゼリー・牛乳	胡麻だんご・ジョア
おやつエネルギー	168kcal	188kcal	149kcal	114kcal	147kcal	107kcal	152kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(豆腐、かぶの葉)	味噌汁(畑菜、揚げ)	味噌汁(里芋、わかめ)	味噌汁(じゃがいも、ねぎ)	すまし汁(とろろ昆布、豆苗)	味噌汁(豆腐、小松菜)	味噌汁(大根、大根葉)
	鶏肉のオイスターソース炒め	豚肉のトマトソースかけ	肉野菜のバターポン酢蒸し	ますの照り煮	鶏肉のごま味噌焼き	千草焼き	えびかつ
	なすの信田煮	ビーフン炒め	南瓜のごま煮	しろなのチキン和え	さつま芋の煮物	大根のさっぱり和え	豚肉と蓮根の炒め物
	フルーツ(オレンジ)	カリフラワーサラダ	ザーサイ和え	茶福豆	白菜の白昆布和え	コンポート(りんご缶)	フルーツ(バナナ)
エネルギー	521kcal	610kcal	478kcal	502kcal	515kcal	513kcal	574kcal

