



週間予定献立表

日付	4月20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯	御飯	御飯	麦御飯	食パン	御飯	御飯
	味噌汁(うまい菜、しめじ)	味噌汁(もやし、まいたけ)	味噌汁(大根、揚げ)	味噌汁(しろな、えのき)	コーンスープ	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(なす、えのき)
	なすの煮浸し	ちくわの炒り煮	野菜炒め	とりつくね	ポトフ	麩の卵とじ	厚揚げの治部煮
	納豆	ゆず和え	畑菜のおかか和え	菜の花のお浸し	ポパイサラダ	春菊のドレ和え	青梗菜の生姜和え
	牛乳	たいみそ	ふりかけ(しそ)	のり佃煮	ブルーベリージャム	ふりかけ(さけ)	うめびしお
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	490kcal	449kcal	457kcal	470kcal	528kcal	455kcal	443kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(じゃが芋、わかめ)	すまし汁(とろろ昆布、ねぎ)	味噌汁(玉ねぎ、麩)	味噌汁(かぶ、豆苗)	すまし汁(まいたけ、貝割れ)	味噌汁(小松菜、揚げ)	味噌汁(若布、かぶ)
	コンポート(黄桃缶)	昆布佃煮	コンポート(マンゴー缶)	フルーツ(バナナ)	漬物(高菜漬)	漬物(桜大根)	コンポート(カクテル缶)
	Aぶりの西京焼き	A鶏肉の竜田揚げ	A赤魚の煮付け	Aきつねそば	Aシルバー柚庵焼き	A鶏肉のケチャップ焼き	Aさばのみりん焼き
	Bポークソテー	B白身魚のパン粉焼き	B鶏肉のピザ焼き風	B豚肉の南部焼き	B肉じゃが	Bますの塩焼き	Bチキンカツ
	ごぼうの炒め煮	さつま芋の煮物	炒り豆腐	もやしの炒め物	マカロニカレーソテー	ひじきの煮物	里芋の含め煮
	ほうれん草の磯和え	白菜の青しそ和え	小松菜のお浸し	温泉卵	なすの中華和え	ポテトサラダ	いんげんのピーナッツ和え
	Aエネルギー	566kcal	566kcal	495kcal	536kcal	459kcal	499kcal
Bエネルギー	565kcal	521kcal	562kcal	611kcal	524kcal	526kcal	514kcal
おやつ	まんじゅう・牛乳	ドームケーキ・牛乳	抹茶ゼリー・牛乳	クレープ・牛乳	ロアンヌ・牛乳	マスカットゼリー・牛乳	クッキー・ジョア
おやつエネルギー	128kcal	167kcal	122kcal	146kcal	137kcal	110kcal	125kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ(豆腐、貝割れ)	味噌汁(絹さや、人参)	味噌汁(茄子、みつば)	味噌汁(南瓜、大根葉)	味噌汁(青梗菜、豆腐)	味噌汁(玉ねぎ、かぶの葉)	味噌汁(ほうれん草、麩)
	えび玉風	たらのゴマだれがらめ	豚肉の玉ねぎソースかけ	ほきの照焼き	ハムカツ	鱈の照り煮	豚肉とピーマン炒め
	オクラクルミ和え	ほうれん草のソテー	冬瓜のかにあんかけ	ブロッコリーソテー	きゅうりの梅肉和え	豚肉と大根炒め	白菜のお浸し
	漬物(桜大根)	フルーツ(パイナップル)	漬物(つぼ漬)	漬物(赤胡瓜漬)	コンポート(洋梨缶)	コンポート(みかん缶)	うぐいす豆
エネルギー	445kcal	466kcal	485kcal	393kcal	539kcal	510kcal	462kcal

