

週間予定献立表

日付	4月19日	4月20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝	食パン	御飯	しらす粥	麦御飯	パン	御飯	御飯
	コーンスープ	味噌汁(もやし、豆苗)	味噌汁(玉ねぎ、まいたけ)	味噌汁(大根、揚げ)	コンソメスープ	味噌汁(白ネギ、わかめ)	味噌汁(もやし、豆苗)
	ポークビーンズ	納豆	ちくわの炒り煮	野菜炒め	ミートボール(甘酢)	和風ポトフ	麩の卵とじ
	白菜のドレ和え	なすの醤油煮	甘酢漬け	畑菜のおかか和え	菜の花のお浸し	ほうれん草錦糸和え	春菊のドレ和え
	りんごジャム	牛乳	牛乳	ふりかけ(しそ)	ジャム	ふりかけ(たらこ)	たいみそ
	牛乳			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
エネルギー	505kcal	490kcal	393kcal	408kcal	452kcal	446kcal	479kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	中華スープ(なると、わかめ)	味噌汁(大根、万ねぎ)	味噌汁(うまい菜、白ネギ)	味噌汁(キャベツ、麩)	すまし汁(かまぼこ、豆苗)	味噌汁(まいたけ、貝割れ)	味噌汁(小松菜、揚げ)
	コンポート(みかん缶)	コンポート(黄桃缶)	佃煮	コンポート(マンゴー缶)	コンポート(カクテル缶)	煮豆	漬物(胡瓜漬)
	A回鍋肉	Aきつねそば	A鶏肉の竜田揚げ	Aカレイの焼き浸し	Aさわらの味噌田楽	Aシルバーの幽庵焼き	A煮込みハンバーグ
	Bしいらの南蛮漬け	Bポークソテー	Bますのパン粉焼き	B鶏肉のピザ焼き風	B鶏肉のしぐれ煮	B肉じゃが	B赤魚の塩焼き
	かぶの水晶煮	ごぼうの炒め煮	じゃが芋の煮物	炒り豆腐	小松菜の中華炒め	マカロニソテー	五目煮
	チンゲン菜のわさび和え	ほうれん草の磯和え	白菜とワカメのドレ和え	さつま芋のサラダ	温泉卵	中華和え	ポテトサラダ
	Aエネルギー	563kcal	483kcal	565kcal	642kcal	524kcal	547kcal
Bエネルギー	490kcal	557kcal	551kcal	640kcal	619kcal	652kcal	512kcal
おやつ	メロンゼリー	スイスロール	せんべい	味噌饅頭	抹茶ゼリー	いちごムース	コーヒーゼリー
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳
	おやつエネルギー	111kcal	179kcal	133kcal	124kcal	129kcal	130kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(里芋、いんげん)	中華スープ(豆腐、貝割れ)	味噌汁(小松菜、しめじ)	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)
	赤魚の野菜蒸し	えび玉風	たらのごまだれがけ	豚肉の玉ねぎソースかけ	鶏肉の照焼き	ハムカツ	メバルの照り煮
	ぜんまい煮	おくらくるみ和え	カリフラワーのソテー	冬瓜のかにあんかけ	ブロッコリーソテー	きゅりの梅肉和え	大根炒め
	漬物(しば漬)	漬物(赤しその実)	フルーツ(パイン)	漬物(つぼ漬)	漬物(赤胡瓜)	コンポート(りんご缶)	フルーツ(オレンジ)
エネルギー	393kcal	439kcal	447kcal	483kcal	414kcal	524kcal	443kcal