

週間献立表

	3月31日(月)	4月1日(火)	4月2日(水)	4月3日(木)	4月4日(金)	4月5日(土)	4月6日(日)
朝	ごはん(学) 赤魚の紀州煮(学) もやしニラ炒め(学) 納豆みそ(学) みそ汁(白菜・えのき) くだもの(バナナ)	ごはん ベーコンエッグ 鮭の塩焼き 納豆 胡瓜とわかめの酢の物 赤だし汁(なめこ)	ごはん サバの照り焼き 野菜炒め キムチ納豆 味噌汁(卵/ねぎ) くだもの(りんご)	サンドイッチ(卵) 焼きウィンナー コールスローサラダ ミネストローネスープ くだもの(バナナ) 牛乳	ごはん 油味噌 サバの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 納豆 ゆし豆腐	ごはん ししゃもフライ ゆで卵 きんぴられんこん 納豆 にゅうめん	ごはん 鮭のポテト焼き 冬瓜ンブシー キムチ納豆 ささみと胡瓜の梅和え(学) みそ汁(高野豆腐/わかめ)
昼	中身そば(学) 魚の二色天ぷら 小松菜の白和え(学) ぜんざい(学)	タコライス ポテトフライ ゆで卵 マッシュルームスープ くだもの(いちご)	ごはん ぶりのゆず醤油焼き フーチャンプルー 茶碗蒸し 肉すい(大阪名物) くだもの(オレンジ)	ごはん 鶏肉のピザ焼き ブロッコリーのソテー カプレーゼサラダ 鶏ささみと青菜のスープ春雨	ごはん 鶏の唐揚げ~おろしポン酢~ フーチャンプルー ほうれん草としめじのお浸し もずく入りキムチスープ くだもの(いちご)	ごはん チキン照り焼き (付)キャベツ ひじき卵焼き チョリソーウィンナー ジャーマンポテト 小松菜炒め パインジュース	ごはん しょうが焼き イカフライ(冷)60g しらす入り厚焼き玉子 ピーマンソテー きんぴらごぼう りんごジュース
夕	ごはん(学) よだれ鶏(学) おでん(学)小盛 タコとワカメの中華和え(学) ニラと卵の味噌汁 デザート(ももゼリー)	チャーハン 牛肉と春雨の韓国風炒め 中華もやし和え キムチチゲ デザート(巨峰ゼリー)	ごはん タンドリーチキン エビフライ~タルタルソース~ アスパラバター炒め ブロッコリーとコーンのサラダ オニオンスープ シークワサーゼリー	ごはん チーズハンバーグ ポテトときのこのバター炒め 蒸し鶏のサラダ 具だくさんコンソメスープ くだもの(オレンジ)	ごはん ゆで豚の薬味ソースかけ 人参しりしりー ナゲット&ポテト 魚汁 くだもの(りんご)	豚丼 ツナじゃが チョレギサラダ あさりのすまし汁 くだもの(オレンジ)	うこんライス カルシウムUPカレー 豚しゃぶサラダ ヨーグルト和え
栄養成分	エネルギー 4334 kcal たんぱく質 225.6 g 脂質 105.7 g 食塩相当量 14.1 g	エネルギー 4006 kcal たんぱく質 189.3 g 脂質 131.6 g 食塩相当量 11 g	エネルギー 4294 kcal たんぱく質 213.2 g 脂質 137.9 g 食塩相当量 13.2 g	エネルギー 4485 kcal たんぱく質 224.7 g 脂質 179.2 g 食塩相当量 17.7 g	エネルギー 3954 kcal たんぱく質 178.2 g 脂質 118.9 g 食塩相当量 13.8 g	エネルギー 3977 kcal たんぱく質 180.8 g 脂質 121.6 g 食塩相当量 12.8 g	エネルギー 4068 kcal たんぱく質 195.5 g 脂質 99.5 g 食塩相当量 11.1 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わる事があります。