

週間献立表

	4月14日(月)	4月15日(火)	4月16日(水)	4月17日(木)	4月18日(金)	4月19日(土)	4月20日(日)
朝	ごはん 納豆 さばのカレー焼き 胡瓜の酢の物 みそ汁(高野豆腐/わかめ) くだもの(オレンジ)	ごはん 納豆 鮭のポテト焼き 筑前煮 ニラと卵の味噌汁 くだもの(バナナ)	ごはん 納豆みそ 鮭の塩焼き もやしピリ辛炒め 冷ややっこ みそ汁(玉ねぎ/わかめ)	サンドイッチ(卵) サラダ かぼちゃの豆乳スープ くだもの(バナナ) ヨーグルト 牛乳	ごはん ぶりの照り焼き キムチ納豆 タマナーチャンプルー きのこのみそ汁 くだもの(オレンジ)	うどん汁 冬瓜のそぼろ煮 ゆで卵 胡瓜の酢の物 ヨーグルト和え 牛乳	ごはん 鮭の塩焼き 納豆 からし菜炒め 三色なます 味噌汁(卵/ねぎ)
昼	牛丼 竹輪のチーズ磯辺揚げ ほうれん草ゴマ和え 鶏ささみと青菜のスープ春雨 くだもの(パイナップル)	ごはん マーボー茄子 焼き餃子 新玉ねぎとわかめの和え物 五目中華スープ くだもの(いちご)	キムチ焼きうどん エビカツ ワンタンスープ 誕生日ケーキ	ごはん 鮭の紙つつみ焼き フーチャンプルー とん汁 くだもの(りんご)	ごはん 焼きチキン南蛮 チンゲン菜とホタテの塩炒め ささみとブロッコリーのサラダ そうめん汁 クーリッシュ(バニラ)	ごはん アスパラの豚肉巻 さばのカレー竜田揚げ 厚焼き卵 ひじきの五目煮 ジャーマンポテト パインジュース	ごはん 漬物 しょうが焼き 白身フライ しらす入り厚焼き玉子 ピーマンソテー エビの旨塩炒め 気になる野菜100 β-カロテン
タ	ごはん(学) チキンソテーきのこ添え 揚げだし豆腐 ゴボウサラダ 貝だくさんもずく汁 くだもの(ぶどう)	コーンご飯 ハヤシライス スパニッシュオムレツ 大根サラダ ヨーグルト	ごはん チーズハンバーグ アスパラいかバター炒め BLTスープ フルーツ盛り	ごはん ゆで豚の薬味ソースかけ パパイヤいりちー 中華いか和え もやしとひき肉と坦々豆乳スープ くだもの(パイナップル)	ごはん 回鍋肉 厚焼き卵 南瓜サラダ オニオンスープ 杏仁フルーツ	ごはん チキン南蛮 チョレギサラダ 茶碗蒸し アーサ汁 フルーツポンチ	ごはん Wポークカレー コブサラダ フルーツ盛
栄養成分	エネルギー 4376 kcal たんぱく質 225.4 g 脂質 124.2 g 食塩相当量 12.8 g	エネルギー 4528 kcal たんぱく質 221.5 g 脂質 139.8 g 食塩相当量 14.1 g	エネルギー 4423 kcal たんぱく質 217.3 g 脂質 133 g 食塩相当量 17.5 g	エネルギー 4326 kcal たんぱく質 225 g 脂質 117 g 食塩相当量 15.2 g	エネルギー 4533 kcal たんぱく質 227.3 g 脂質 135.2 g 食塩相当量 13.7 g	エネルギー 4527 kcal たんぱく質 229.6 g 脂質 130.8 g 食塩相当量 15.5 g	エネルギー 4321 kcal たんぱく質 227.4 g 脂質 130.4 g 食塩相当量 12.7 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。