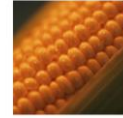




WEEKLY MENU

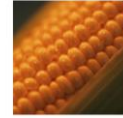


日	4月1日				4月2日				4月3日				4月4日				4月5日				4月6日				4月7日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食									ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン サバの塩焼き 納豆・ふりかけ・海苔 ほうれん草と白滝のお浸し サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ウインナーコーンソテー 納豆・ふりかけ・海苔 だし巻き卵 サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ハムと野菜のカレー炒め 納豆・ふりかけ・海苔 ゆで卵 サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ミックススクランブル 納豆・ふりかけ・海苔 白身魚フライ サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン 温泉玉子 納豆・ふりかけ・海苔 ほうれん草とベーコンのソテー サラダ・コーンフレーク 牛乳・コーヒー・紅茶			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
									922.5	30.2	32.2	2.7	820.5	30.1	29.6	3.3	746.0	27.1	24.3	2.6	906.0	31.6	30.3	3.6	688.5	25.4	24.1	2.9
									ミートボールカレー サラダ コーヒー牛乳				とんこつラーメン 小松菜のなめ茸おろし ライス				チキンソースかつ井 竹の子と山くらげのピリ辛和え キャベツとわかめの味噌汁				焼きうどん(醤油味) ツナボテサラダのカレー風味 ライス わかめスープ				鶏肉団子と白身魚フライ 大根とえんどうのコンソメ煮 ライス 春雨スープ			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
									888.0	24.1	26.0	3.9	824.0	23.3	15.5	6.5	748.0	18.4	18.6	5.6	919.0	22.1	23.1	4.8	817.0	22.6	17.2	4.0
夕食									ハンバーグと海老フライ 副 菜 インゲンの胡麻マヨ和え ご飯・汁物 デザート				揚げ出し豆腐の肉野菜あん 副 菜 オイスター焼きそば ご飯・汁物 デザート				きんぴら牛焼肉 & いわしフライ 副 菜 アジア風ホクホクポテト ご飯・汁物 デザート				ポークデミシチュー 副 菜 かぼちゃのコロッケ ご飯・汁物 デザート				親子炒り玉子 副 菜 クリームコロッケ ご飯・汁物 デザート			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
									696.0	9.9	15.4	1.6	731.0	14.2	6.3	2.4	601.0	10.2	5.3	1.9	726.0	10.9	11.2	2.0	733.0	11.9	13.0	1.9

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。



WEEKLY MENU

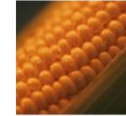


日	4月8日				4月9日				4月10日				4月11日				4月12日				4月13日				4月14日				
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)				
朝食	ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ししゃもフライ 納豆・ふりかけ・海苔 ひじきと大豆の煮付け サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン 豚挽肉とインゲンの味噌炒め 納豆・ふりかけ・海苔 ゆで卵 サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ソーセージスクランブル 納豆・ふりかけ・海苔 ブロッコリーの塩昆布和え サラダ ジュース				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン 肉団子のチリソース 納豆・ふりかけ・海苔 レンコンサラダ サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン トマトスクランブル 納豆・ふりかけ・海苔 ポテトと鮭のホクホク和え サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ミートコロッケ 納豆・ふりかけ・海苔 だし巻き卵 サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン さわらの塩焼き 納豆・ふりかけ・海苔 温泉玉子 サラダ・コーンフレーク 牛乳・コーヒー・紅茶				
	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		808.5	27.0	24.3	3.6	781.5	27.1	23.2	2.8	959.5	35.4	35.3	4.0	869.5	25.1	32.0	2.6	791.0	27.0	26.6	2.5	831.0	23.6	23.8	3.0	666.0	27.5	20.8	2.5
	昼食	かき玉うどん 竹輪のカレー揚げ 混ぜご飯(ゆかり)				焼き鳥二色そぼろ丼 白菜のおひたし 玉葱と油揚げの味噌汁				から揚げカレー サラダ 牛乳				野菜旨辛味噌ラーメン 揚げ餃子 ライス				ハッシュドビーフ丼 温玉添え ほうれん草とコーンのソテー コンソメスープ				たぬきうどん かき揚げ 五目寿司				ソーセージのカツ 絹サヤの中華和え ライス 大根と油揚げの味噌汁			
		栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
		835.0	21.9	9.8	4.8	713.0	25.2	18.9	5.7	934.0	27.6	28.3	3.7	1025.0	27.0	26.4	8.8	804.0	23.3	27.8	4.0	758.0	17.2	9.4	5.2	857.0	23.2	23.5	4.5
夕食		春巻と肉団子の甘酢あん 副 菜 もやしの中華浸し 小松菜の辛子和え ご飯・汁物				ハンバーグトマトソースと 白身魚フライ 副 菜 白菜と竹輪のごま酢和え ご飯・汁物 デザート				豚ニラ玉&あんかけ焼売 副 菜 メンマともやしの中華和え ご飯・汁物 デザート				鶏もも肉のこがし味噌焼き & 麻婆茄子 副 菜 大根のそぼろあん ご飯・汁物 デザート				鯖の生姜煮 副 菜 カレーコロッケ 五目豆 ご飯・汁物				回鍋肉 副 菜 マカロニサラダ ご飯・汁物 デザート				かつ煮 副 菜 春雨の中華和え物 ご飯・汁物 デザート			
		栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
		524.0	10.7	2.8	2.3	571.0	9.6	5.6	1.9	600.0	8.8	5.1	1.4	740.0	13.9	3.3	2.6	743.0	14.1	14.3	3.2	604.0	10.9	6.0	1.9	623.0	9.4	5.3	1.5

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。



WEEKLY MENU

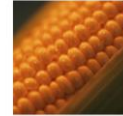


日	4月15日				4月16日				4月17日				4月18日				4月19日				4月20日				4月21日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン オムレツ 納豆・ふりかけ・海苔 スパゲティとレタスのサラダ サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン 野菜コロッケ 納豆・ふりかけ・海苔 トマト入りスクランブルエッグ サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ウインナーとマカロニコンソテー 納豆・ふりかけ・海苔 切干大根のゆず胡椒風味 サラダ ジュース				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン 鯖の塩焼き 納豆・ふりかけ・海苔 ブロッコリーとトマトの中華和え サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ゆで卵 納豆・ふりかけ・海苔 かぼちゃのそぼろあん サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン メンチカツ 納豆・ふりかけ・海苔 ひじきと白滝の煮付け サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ミックススクランブル 納豆・ふりかけ・海苔 ごぼうのポテトサラダ サラダ・コーンフレーク 牛乳・コーヒー・紅茶			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	743.5	21.3	19.2	2.9	867.0	26.0	30.1	2.9	858.5	22.6	17.9	3.2	783.0	29.3	28.6	2.5	763.5	27.5	21.5	2.7	868.0	23.6	30.3	3.0	759.0	23.8	28.1	2.6
	豚塩カルビ丼 里芋の揚げ出し キャベツとわかめの味噌汁				味玉塩らーめん 焼き餃子 ライス				魚フライカレー サラダ 牛乳				豚肉の卵とじ丼 イカカツ 白菜と油揚げの味噌汁				竹輪天うどん ごぼうのピリ辛和え 混ぜご飯				鯖の七味焼き ピーマン肉詰めフライ ライス 豆腐とわかめの味噌汁				ハヤシライス ミックスサラダ ジュース ポテトと人参のスープ			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	802.0	21.0	33.6	4.8	939.0	29.6	23.8	6.4	888.0	26.6	23.2	4.6	846.0	32.3	24.6	4.4	835.0	19.6	10.1	4.9	963.0	30.8	35.3	3.2	871.0	23.5	29.2	5.4
夕食	鶏むね肉の粒マスタード ソース&いわしフライ				ハンバーグステーキ ジンジャーソース				豚バラと豆腐のトマト旨煮 &オムレツ				蒸し鶏の胡麻ソース &さばの竜田揚げ				とんかつ				いわしの天ぷら&親子炒り玉子				鶏肉の明太マヨ焼き			
	副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜				副 菜			
	小松菜と白滝のおひたし				スパゲッティサラダ				ごぼうとレタスのサラダ				ポテトの醤油バター風味				青じそスパゲッティー				大根ときゅうりのキムチ和え				菜の花と春雨の梅和え ほうれん草の辛子醤油			
	ご飯・汁物 デザート				ご飯・汁物 デザート				ご飯・汁物 デザート				ご飯・汁物 デザート				ご飯・汁物 デザート				ご飯・汁物 デザート				ご飯・汁物			
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	496.0	8.2	1.0	1.8	754.0	13.0	14.3	2.4	679.0	11.7	8.9	2.1	714.0	11.0	16.4	1.5	648.0	13.0	5.2	1.8	562.0	8.8	3.1	2.7	552.0	11.8	3.6	2.0

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。



WEEKLY MENU



日	4月22日				4月23日				4月24日				4月25日				4月26日				4月27日				4月28日			
曜日	(月)				(火)				(水)				(木)				(金)				(土)				(日)			
朝食	ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ベーコンとほうれん草のスクランブル 納豆・ふりかけ・海苔 コーンとブロッコリーのマヨソース サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン だし巻き卵 納豆・ふりかけ・海苔 ひじきと大豆の煮物 サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン 肉野菜炒め 納豆・ふりかけ・海苔 マカロニとレタスのサラダ サラダ ジュース				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン いりたまご 納豆・ふりかけ・海苔 ししゃもフライ サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン ウインナーと野菜のソテー 納豆・ふりかけ・海苔 ゆで卵 サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン 温泉玉子 納豆・ふりかけ・海苔 竹輪とキャベツの味噌マヨ和え サラダ 牛乳				ご飯・汁物・漬物 パン・ジャム・マーガリン パンパンジー(棒々鶏) 納豆・ふりかけ・海苔 野菜コロッケ サラダ・コーンフ레이크 牛乳・コーヒー・紅茶			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	833.5	26.7	31.7	2.2	773.0	24.7	23.1	3.0	755.0	19.3	15.7	2.8	852.0	31.7	31.4	2.8	747.0	26.6	26.6	2.3	785.0	26.7	23.8	2.6	743.0	22.4	24.2	2.5
	鶏肉きんぴら丼 小松菜のなめ茸おろし 中華たまごスープ				とんこつ野菜ラーメン 春巻 ライス				ハンバーグカレー サラダ 牛乳				味噌カツ丼 はすのきんぴら けんちん汁				カレーうどん 香味野菜の青じそ風味 ライス				豚キムチ炒め 揚げ餃子 ライス 春雨スープ				味噌ラーメン 竹輪の磯辺揚げ ライス			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	852.0	23.5	16.7	4.5	1004.0	29.7	24.6	7.6	974.0	26.5	34.5	4.2	877.0	22.6	25.1	5.5	1005.0	24.3	10.5	3.7	924.0	27.2	28.3	3.3	1071.0	29.2	19.1	7.6
夕食	ハンバーグトマトソースと 白身魚フライ 副 菜 冷奴 ご飯・汁物 デザート				豚肉とじゃがいものトマト煮込み 副 菜 キャベツメンチカツ ご飯・汁物 デザート				セサミチキンソテー &カレーコロッケ 副 菜 菜の花の辛子和え ご飯・汁物 デザート				いわしと竹輪の蒲焼仕立て 副 菜 スパゲッティーサラダ メンチカツ ご飯・汁物				厚揚げと挽き肉の中華炒め& コーンフライ 副 菜 竹の子の土佐煮 ご飯・汁物 デザート				むね肉の香り揚げ海苔風味あ んかけ&ちくぜん煮 副 菜 カレー焼きうどん ご飯・汁物 デザート				豚肉ときくらげの卵炒め 副 菜 里芋の野菜あんかけ ご飯・汁物 デザート			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
	576.0	10.6	2.7	1.4	734.0	16.4	14.8	2.0	564.0	11.9	5.7	2.1	879.0	16.3	29.9	2.7	551.0	12.2	2.6	2.1	709.0	12.1	9.4	1.7	536.0	9.8	1.1	2.2

※ 材料入荷などの都合により、献立が変更になる場合がありますので御了承下さい。