



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									和食 鶏団子の南蛮風 おくらと白滝のお浸し ライス、味噌汁				和食 からふとマスの塩焼き 茹で野菜のゴマ風味 ライス、味噌汁				和食 豚肉と野菜の中華和え わかめのツナ炒め ライス、味噌汁				和食 ハムと野菜のカレー炒め もやしの赤じそ和え ライス、味噌汁				和食 ニラ玉炒め インゲンの胡麻マヨ和え ライス、味噌汁											
									洋食 オムレツ 鶏肉と蓮根のカレーマヨネーズ和え パン、スープ				洋食 チキンカツ ほうれん草とマカロニのクリーム煮 パン、スープ				洋食 きのこ玉子のソテー ジャーマンポテト パン、スープ				洋食 ミックススクランブル ソーセージとキャベツのフレンチサラダ パン、スープ				洋食 ミートクロック 切干大根のコールスローサラダ パン、スープ											
									和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・コーヒー・紅茶				和食・洋食共通メニュー 牛乳・オレンジジュース・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)				
和食									841	21.7	16.8	2.8	850	29.8	17.1	2.5	887	25.2	21.5	2.6	810	20.7	15.3	3.0	950	24.4	30.1	2.5								
洋食									854	25.3	33.0	4.5	837	26.0	29.4	4.1	928	27.8	39.0	4.2	860	29.5	35.4	4.4	945	24.6	39.0	4.5								
昼食									【カレー】 ポークカレー ポテトとレタスのサラダ ジュース コンソメジュリアン				【弁当】 若鶏の香草パン粉焼き キャベツとコーンの炒め サツマイモサラダ ライス、漬物、味噌汁				健康診断 パン2個 飲み物				【麺】 五目味噌ラーメン 大根のそぼろあん ライス小 漬物				【丼】 肉ごぼう丼 春雨水餃子 汁物 漬物											
									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)								
									901	17.6	18.6	4.2	865	26.8	24.9	3.5					873	28.1	15.3	9.0	898	25.6	17.1	5.5								
夕食					A きやべつメンチカツ				A 鶏肉の洋風唐揚げ				A 豚しゃぶのピリ辛サラダ仕立て				A チキンカレー				A 豆腐のオープン焼き野菜ラグーソース				A 親子炒り玉子											
					B カニカマと野菜の塩うま煮				B 鯖の生姜煮				B 揚げ出し豆腐の肉野菜あん				B ポークデミシチュー				B 鯖の胡麻チゲ煮				B 肉じゃが											
					A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> インゲンの胡麻マヨ和え ミックスベリームース ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 小松菜と白滝のおひたし フルーツヨーグルト ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> オイスター焼きそば グレープフルーツ ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> ブロッコリーのガーリック炒め カスタードプリン風デザート ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 栗かぼちゃの含め煮 洋梨 ライス、汁物				A・B共通メニュー <サラダバー> <デリバー> 大根とえんどうのコンソメ煮 パイン寒天ゼリー ライス、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)				
A定食					1089	27.1	39.2	5.1	945	27.0	27.5	3.7	1018	31.3	28.3	4.0	958	25.5	27.3	3.8	908	29.4	17.3	4.3	971	35.4	26.3	4.4								
B定食					845	21.9	22.3	4.3	909	28.7	28.5	3.4	1028	32.1	27.7	5.3	944	24.1	23.6	4.2	926	32.0	20.5	4.6	853	21.0	12.5	3.9								

※ 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。