

# 令和5年4月 献立表

	4月2日(日)	4月3日(月)	4月4日(火)	4月5日(水)	4月6日(木)	4月7日(金)	4月8日(土)
朝食	ミニ抹茶ツイスト	白粥	食パン	白粥	バターロール 	白粥	白粥
	ウインナーサラダ	漬物	ジャム	梅干し	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	豆サラダ	豆サラダ	だし巻きたまご	カリフラワー洋風煮	いんげんのごま和え	しろ菜の煮浸し
	果物	果物	牛乳 	果物 	牛乳	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト 	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	476Kcal 1.2g	327Kcal 2.3g	511Kcal 1.9g	398Kcal 2.5g	429Kcal 1.4g	329Kcal 1.8g	348Kcal 2.1g
昼食	御飯	チキンカレーライス	ちらし寿司	御飯	おにぎり	御飯 	御飯
	豚肉の味噌焼き	漬物(福神漬)	枝豆がんも煮	牛肉のオイスター炒め	山菜そば	メンチカツ 	さばの味噌煮
	添え(いんげん)	アスパラサラダ	芋っこ汁	ぜんまいの煮物	焼き鮭	添え(キャベツ・トマト)	添え(ししとう・白葱)
	ひじき煮 	いちごゼリー	フルーツ寒天	ブロッコリーの和え物	菜の花のお浸し	里芋煮	切干大根炒め煮
	ほうれん草サラダ			味噌汁		新玉葱のおかか和え	オクラの和え物
	清汁					味噌汁	清汁
517Kcal 2.6g	617Kcal 2.7g	549Kcal 3.1g	538Kcal 2.6g	490Kcal 2.3g	586Kcal 3.0g	541Kcal 2.8g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	つくね豆腐の照り焼き	白身魚のバター醤油焼き	豚肉の甘辛焼き	チキンソテー(トマトソース)	豚の角煮 	鶏の香草焼き	牛肉と筍しぐれ煮
	添え(白ねぎ・オクラ)	添え(白葱・オクラ)	添え(グリーンリーフ)	添え(いんげん)	チヂミ 	添え(ソテー)	豆腐の柚子あんかけ
	なすの揚げ浸し	高野の煮物	かぶの旨煮	ツナ炒め	ほうれん草のお浸し	ふきの金平	春雨の和え物
	ブロッコリーのごま和え	白菜の柚香和え	きゅうりのマヨ和え	しろ菜のドレ和え	中華スープ	酢味噌和え	味噌汁
	味噌汁 	味噌汁 	味噌汁	味噌汁 		清汁	
608Kcal 3.0g	519Kcal 2.8g	606Kcal 2.9g	660Kcal 3.0g	620Kcal 3.4g	620Kcal 2.8g	638Kcal 2.9g	
総合計	1601Kcal 6.8g	1463Kcal 7.8g	1666Kcal 7.9g	1596Kcal 8.1g	1539Kcal 7.1g	1535Kcal 7.6g	1527Kcal 7.8g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。