

令和5年4月 献立表

	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)	4月22日(土)
朝食	ミニ山シュガー	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	ハムサラダ	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	ごま昆布佃煮
	牛乳	いんげんのかか和え	チンゲン菜ソテー	ピーマンの和風炒め煮	アスパラの炒め	ウインナーのスープ煮	かぶのくず煮
	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 
	481Kcal 1.4g	293Kcal 1.9g	463Kcal 1.5g	343Kcal 2.4g	429Kcal 1.0g	338Kcal 2.2g	363Kcal 2.3g
昼食	<お誕生日会>	御飯	御飯	おにぎり	御飯	御飯	カレーライス
	御飯 	牛肉の味噌炒め	豚肉の生姜焼き	鶏南蛮そば	白身魚のフライ	鶏肉の中華煮	漬物(福神漬)
	ハンバーグ	切干大根煮	添え(サラダ菜・トマト)	ブロッコリーのツナ和え	添え(スナップエンドウ)	冬瓜のあっさり煮	菜の花のサラダ
	添え(ブロッコリー)	アスパラサラダ	ふきの煮物	青りんごゼリー	スティックおさつ	ほうれん草のお浸し	フルーチェ
	れんこん炒め煮	清汁	小松菜のお浸し		野菜サラダ	中華スープ 	
	スナップエンドウサラダ		清汁 		味噌汁		
	コーンスープ						
792Kcal 3.4g	664Kcal 3.7g	488Kcal 2.6g	620Kcal 2.4g	655Kcal 2.3g	541Kcal 2.6g	662Kcal 2.9g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ホイコーロー	太刀魚の蒲焼き	お豆腐グラタン	牛肉と白菜のごまダレ	豚肉のおろしポン酢かけ	鯖の煮付け	ひき肉のせ豆腐ステーキ
	小松菜の煮浸し	添え(ふき・人参)	若竹煮	もやしのさっと煮	大豆煮	添え(椎茸・大根)	添え(ソテー)
	ビーフンの華風和え	かぼちゃの含め煮	春雨サラダ	オクラ和え物	キャベツゆかり和え	揚げなすの煮浸し	もやし炒め煮
	中華スープ 	かぶのドレ和え	味噌汁 	味噌汁	味噌汁 	ポテトのサラダ	めかぶ 
		味噌汁 				味噌汁 	味噌汁 
562Kcal 3.1g	563Kcal 3.0g	664Kcal 3.4g	646Kcal 2.7g	491Kcal 3.5g	625Kcal 2.5g	641Kcal 3.7g	
総合計	1835Kcal 7.9g	1520Kcal 8.6g	1615Kcal 7.5g	1609Kcal 7.5g	1575Kcal 6.8g	1504Kcal 7.3g	1635Kcal 7.7g

※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。