

# 週間献立表

※食材の入荷の都合により変更させていただく場合もございます。

	朝食	昼食	夕食	おやつ	栄養量
4/30 (日)	鶏雑炊 野菜炒め 麩の味噌汁 ヨーグルト	ご飯 ぶりの照焼き 菜の花の煮浸し 大根のおろし和え	ご飯 鶏肉の山椒焼き ブロッコリーの あんかけ 白菜のお浸し	煎茶 エクレア	エネルギー 1729 kcal たんぱく質 72.4 g 塩分相当量 5.8 g
5/1 (月)	食パン ポテトサラダ フルーツ寒天 (みかん) 牛乳	☆炊き込みご飯☆ 山菜ご飯 鶏肉の磯焼き カリフラワーソテー 胡瓜の酢の物	ご飯 たらこのバターポン酢 煮奴 キャベツの ゆかり和え	煎茶 カットバウム	エネルギー 1730 kcal たんぱく質 73.3 g 塩分相当量 6.4 g
5/2 (火)	☆新メニュー☆ キムチ雑炊 はんぺんの煮物 しめじの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 マスのタルタル焼き じゃが芋のピザ風 ほうれん草の おかか和え	ご飯 豚肉の塩だれ炒め 厚揚げの煮物 もやしの青じそ和え	紅茶 プチシュー	エネルギー 1731 kcal たんぱく質 66.0 g 塩分相当量 6.5 g
5/3 (水)	あんぱん キャベツのソテー バナナ 牛乳	☆お祭りメニュー☆ ご飯 鶏すき ピーマンソテー 茄子の揚げ浸し	ご飯 赤魚のおろし煮 小松菜の煮浸し 煮豆	煎茶 プリン	エネルギー 1706 kcal たんぱく質 67.1 g 塩分相当量 5.9 g
5/4 (木)	かに雑炊 ブロッコリーソテー ほうれん草の味噌汁 ヨーグルト	☆新メニュー☆ ご飯 あじのパン粉焼き アスパラの バター醤油 きんぴらごぼう	ご飯 豆腐の肉味噌焼き じゃがいもの カレー煮 もずく酢	煎茶 ようかん	エネルギー 1795 kcal たんぱく質 70.0 g 塩分相当量 6.7 g
5/5 (金)	食パン 白菜のスープ煮 バナナ 牛乳	☆子どもの日☆ チキンピラフ ～クリームソース～ コンソメスープ かにかまサラダ	ご飯 たらこの生姜醤油焼き 南瓜甘煮 青梗菜の胡麻和え	☆子どもの日☆ 煎茶 わたあめ	エネルギー 1733 kcal たんぱく質 63.3 g 塩分相当量 6.5 g
5/6 (土)	りんりんりんご マカロニサラダ フルーツ寒天 (パイン) 牛乳	ご飯 さばの煮付け ほうれん草のソテー フルーツ(みかん)	ご飯 チキンの マスタード焼き ブロッコリーソテー 大根の和え物	煎茶 まんじゅう	エネルギー 1762 kcal たんぱく質 69.9 g 塩分相当量 5.0 g