

献立表

日付		朝	昼	夕
4月29日	日	ご飯 ふんわりオムレツ 春雨中華和え（惣菜） みそ汁（なめこ・大根）	ご飯 トンカツ卵とじ煮 切干大根の煮物 キャベツのおかか和え ゼリー	ご飯 海老団子の中華旨煮 筑前煮 ほうれん草ときのこの和え物
熱量/タンパク質/脂質		357 kcal/9.3 g/7.3g	490 kcal/17.7 g/14.1g	415 kcal/16.2 g/8.7g
4月30日	月	ご飯 おでん風煮 なめたけおろし みそ汁（里芋・いんげん）	ご飯 絹揚げ大根のそぼろ煮 肉シューマイ 青菜としめじの白和え バナナ	ご飯 タンドリーチキン ひじきの炒り煮 ブロッコリーおかか和え
熱量/タンパク質/脂質		319 kcal/9.0 g/2.9g	423 kcal/20.1 g/8.1g	481 kcal/21.3 g/14.5g
5月1日	火	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
5月2日	水	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
5月3日	木	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
5月4日	金	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
5月5日	土	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				

材料入荷の関係で献立が変更される場合がございます。あしからずご了解下さいませ。