

予定献立一覧表

令和 8年 4月29日 ~ 令和 8年 5月 5日

【 常食 】

	4月29日(水)		4月30日(木)		5月 1日(金)		5月 2日(土)		5月 3日(日)		5月 4日(月)		5月 5日(火)					
朝	御飯(180g) 味噌汁(菜花・麩) 炒り豆腐 キャベツのナムル 味付けのり 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(高野・里芋) 魚の塩焼(サハ) キャベツの和風炒め ふりかけ ヨーグルト 		御飯(180g) 味噌汁(麩・ナス) 豆腐と野菜の旨煮 華風和え 味付けのり 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(エノキ・白菜) 豆乳ガンモの煮物 玉葱のソテー ふりかけ 牛乳200 		御飯(180g) 味噌汁(青菜・油揚げ) ハンパンの煮物 アスパラのソテー 味付けのり 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(モヤシ・ホウレンソウ) 豆腐のみぞれあん 白菜と油揚げの炒り煮 ふりかけ 牛乳200 		御飯(180g) 味噌汁(インゲン・里芋) チキンボール煮 青梗菜の和え物 味付けのり 牛乳200					
昼	カレーライス ・ ホウレンソウと油揚げの炒り煮 カブの甘酢 バナナ・黄桃缶 		御飯(180g) 親子煮 南瓜のそぼろ煮 ホウレン草のドレッシング 和え フルーツポンチ		御飯(180g) 魚の味噌煮(サハ) 小松菜と春雨の炒め物 カリフラワーのサラダ オレンジ・白桃缶 		御飯(180g) 魚の胡麻しそ焼(メルル・サ) 竹輪と里芋の炒り煮 南瓜のサラダ ブルーチェ		『憲法記念日』 赤飯 松風焼 里芋の炒り煮 ホウレン草のトレ和え バナナ・洋梨缶		御飯(180g) 焼肉 南瓜のバター煮 小松菜の胡麻和え フルーツヨーグルト 		『こどもの日』 たけのご御飯 魚の幽庵焼(フリ) 煮しめ 春雨サラダ 子供の日のセリー					
夕	A 御飯(180g) 味噌汁(アサリ・青菜) 魚の薬味焼(フリ) もやしの炒り煮 焼なす		B 醤油ラーメン ・ もやしの炒り煮 焼なす		A 御飯(180g) 味噌汁(油揚げ・オクラ) 鯖のミン焼 大根のかいあんかけ 白菜の酢の物		B かき揚げ味噌汁(油揚げ・オクラ) ・ 大根のかいあんかけ 白菜の酢の物		御飯(180g) すまし汁(花麩) 鶏肉のマーナード照焼 じゃが芋のソテー ピーマンサラダ 		御飯(180g) 味噌汁(オクラ・アサリ) 魚の照り焼(アジ) 高野豆腐の炒り煮 きんとん 		御飯(180g) 味噌汁(大根・麩) 魚の卵マヨネーズ焼(タラ) 小松菜とエビの炒め物 カリフラワーのマリネ 		A 御飯(180g) すまし汁(花麩) 麻婆豆腐 冬瓜のかいあんかけ キャベツの酢の物		B とろろそば(温) シューマイ(2個) ・ 冬瓜のかいあんかけ キャベツの酢の物	
	1 日 合 計	kcal 1799.15 蛋白質 67.75 脂質 53.47 炭水化物 282.77 食塩相当 6.87	kcal 1744.02 蛋白質 68.47 脂質 51.06 炭水化物 265.6 食塩相当 7.47	kcal 1769.96 蛋白質 71.09 脂質 42.12 炭水化物 288.46 食塩相当 6.69	kcal 1810.65 蛋白質 60.2 脂質 46.9 炭水化物 297.73 食塩相当 7.64	kcal 1797.12 蛋白質 70.86 脂質 55.18 炭水化物 274.55 食塩相当 6.86	kcal 1778.06 蛋白質 62.06 脂質 49.66 炭水化物 287.01 食塩相当 6.81	kcal 1796.63 蛋白質 68.18 脂質 35.6 炭水化物 317.58 食塩相当 6.67	kcal 1800.95 蛋白質 70.92 脂質 53.78 炭水化物 277.75 食塩相当 5.97	kcal 1781.75 蛋白質 68.4 脂質 50.52 炭水化物 281.76 食塩相当 6.94	kcal 1784.22 蛋白質 74.33 脂質 44.33 炭水化物 284.81 食塩相当 7.45							
備考	都合により、献立内容や食材の一部に変更が生じる場合がございます。 あらかじめご了承ください。																	