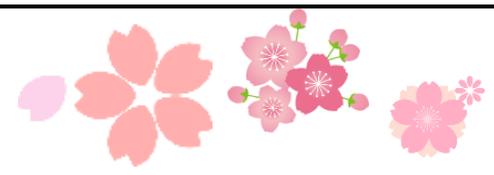




献立カレンダー 後半



	月	火	水	木	金	土 4月15日	日 4月16日
おひるごはん							
栄養価						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 381/14.8/10.9/53.6/1.5	
	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日	4月22日	4月23日
おひるごはん	 ご飯 大豆のスパニッシュオムレツ ひじきの煮物 みそ汁	 しらすの混ぜごはん 茹で豚サラダ 切干大根煮 みそ汁	 ご飯 黄金カレイのみそ焼き ピーマンの野菜炒め すまし汁 ヨーグルト	 鉄分強化！ふいかけごはん 豆腐のミートグラタン ごぼうサラダ みそ汁	 ご飯 枝豆入り手作りさつま揚げ 厚揚げと小松菜の煮浸し みそ汁 フルーツ(バナナ)	 キャベツの和風スパゲティ ポテトサラダ コーンスープ	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 403/16.2/14.0/51.6/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 414/15.5/11.1/60.6/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 380/15.7/7.3/60.1/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 437/16.0/14.6/58.4/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 398/16.2/11.7/54.6/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 382/13.2/12.5/53.0/1.2	
	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日
おひるごはん	 鉄分強化！ふいかけご飯 鶏肉の甘みそ焼き 大根の小エビあんかけ すまし汁	 ご飯 黄金カレイの甘辛煮 お豆のチーズ風味サラダ みそ汁 フルーツ(いんご)	 炊き込みピラフ スクランブルエッグ シャキシャキレタススープ フルーツ(バナナ)	 ご飯 麻婆豆腐 白菜の中華和え はるさめスープ	 おかかごまご飯 白糸タラの和風ステーキ かぼちゃのミルク煮 みそ汁		
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 384/14.8/11.7/51.6/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 334/13.9/6.4/53.9/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 360/13.2/9.7/52.7/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 374/12.9/10.1/55.7/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 383/12.7/8.5/62.3/1.2		

※都合により、献立を変更する場合がございます。