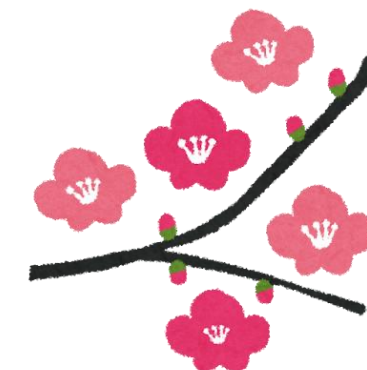




週間予定献立表



常食Ⅱ A

	朝		昼		夕	
3月31日(月)	味噌汁 厚焼卵 添)塩茹 わさび和 焼のり 牛乳	エネルギー 684 蛋白質 27.2 脂質 22.3 食塩相当量 2.8 炭水化物 97.3 水分 490.5 カルシウム 360	肉のオニオンソースかけ スパゲティサラダ 梅肉和 フルーツ	エネルギー 650 蛋白質 29.9 脂質 16.3 食塩相当量 1.9 炭水化物 99.4 水分 367.5 カルシウム 54	豆腐のパン粉焼 添)生野菜 味噌炒め ドレッシング和 漬汁	エネルギー 677 蛋白質 32.3 脂質 22.1 食塩相当量 3.6 炭水化物 91.6 水分 303.6 カルシウム 343
4月1日(火)	パン ジャム ソテー 和物 牛乳	エネルギー 539 蛋白質 30.3 脂質 22.1 食塩相当量 2.6 炭水化物 63.2 水分 393.8 カルシウム 293	甘酢炒め 五目豆 生姜和 ヨーグルト和	エネルギー 717 蛋白質 27.6 脂質 23.3 食塩相当量 2.7 炭水化物 103.1 水分 395.4 カルシウム 193	魚のみそ漬焼 添)ボイル野菜 華風炒め 酢の物 けんちん汁	エネルギー 600 蛋白質 32.4 脂質 12.3 食塩相当量 2.4 炭水化物 91.1 水分 338 カルシウム 128
4月2日(水)	味噌汁 中華あんかけ 醤油フレンチ	エネルギー 614 蛋白質 23.5 脂質 19 食塩相当量 2.6 炭水化物 90.7 水分 352 カルシウム 71	カレー南蛮 豆腐サラダ デザート ジョア	エネルギー 666 蛋白質 34 脂質 18.3 食塩相当量 3.3 炭水化物 98.4 水分 679.3 カルシウム 443	魚のフライ 添)ソテー リヨネーズポテト オーロラソース和 ブルーチェ風	エネルギー 707 蛋白質 32.5 脂質 18.3 食塩相当量 1.4 炭水化物 107.6 水分 375.5 カルシウム 104
4月3日(木)	パン ジャム 肉のトマト煮 ドレッシングサラダ 牛乳	エネルギー 578 蛋白質 30.4 脂質 24.9 食塩相当量 2 炭水化物 62.8 水分 400.6 カルシウム 337	散らし寿司 魚の西京焼 添)ボイル野菜 炊き合せ 甘酢浸し 桜あんのミルクプリン	エネルギー 671 蛋白質 31.3 脂質 13.2 食塩相当量 2 炭水化物 111.2 水分 302.1 カルシウム 197	豆腐ハンバーグ 添)ソテー 野菜ソテー 佃田和 味噌汁	エネルギー 643 蛋白質 27.1 脂質 17.2 食塩相当量 3.1 炭水化物 98.3 水分 397.2 カルシウム 212
4月4日(金)	味噌汁 魚の照焼 辛子和 牛乳	エネルギー 645 蛋白質 34.1 脂質 19.9 食塩相当量 2.7 炭水化物 87.6 水分 434.4 カルシウム 311	白ス入厚焼卵 添)おろし 煮物 ゆかり和 ゼリー	エネルギー 625 蛋白質 26 脂質 15.8 食塩相当量 2.4 炭水化物 97.3 水分 415.3 カルシウム 133	麻婆豆腐 ドレッシングサラダ 華風和 華風スープ	エネルギー 657 蛋白質 28.4 脂質 23.1 食塩相当量 3.6 炭水化物 89.9 水分 395.6 カルシウム 196
4月5日(土)	パン ジャム スクランブルエッグ 添)ソテー 和物 牛乳	エネルギー 709 蛋白質 36.4 脂質 33.3 食塩相当量 2.5 炭水化物 73.4 水分 409.4 カルシウム 385	ケチャップ炒め 拌三糸 漬物 味噌汁	エネルギー 672 蛋白質 27.8 脂質 16.1 食塩相当量 3.1 炭水化物 104.3 水分 324.9 カルシウム 93	肉のマヨネ焼 シーチキン和 ピクルス フルーツポンチ	エネルギー 596 蛋白質 27.1 脂質 18.3 食塩相当量 2 炭水化物 84.2 水分 333.4 カルシウム 76
4月6日(日)	味噌汁 野菜炒め 納豆 牛乳	エネルギー 642 蛋白質 29.4 脂質 18.4 食塩相当量 2.3 炭水化物 94.5 水分 447.1 カルシウム 307	タンドリーチキン 添)塩茹 マカロニサラダ 甘煮 コンソメスープ	エネルギー 635 蛋白質 27.3 脂質 18.2 食塩相当量 2.6 炭水化物 95.3 水分 312.4 カルシウム 97	鮭のちゃんちゃん焼 炊き合せ 山吹和 フルーツ	エネルギー 643 蛋白質 32.7 脂質 14.2 食塩相当量 2.6 炭水化物 99.1 水分 382.9 カルシウム 159

※食種により内容は異なります。ご了承ください。