

予定献立表

平成 29年 4月 16日 ~ 平成 29年 4月 30日

| 日 | 朝食 | 昼食 | 間食 | 夕食 | 備考 |
|-------|---|---|-----------------|---|------------------|
| 16(日) | パン オニオンスープ ハッシュポテト チーズ 牛乳 564 kcal | ごはん 中華スープ ホイコーロー かくふの煮物 フルーチェ 768 kcal | 0 kcal | やきとりどん 味噌汁 揚げ茄子のおろし 塩昆布和え 808 kcal | 2140 kcal |
| 17(月) | ごはん 味噌汁 がんもの煮もの のり佃煮 ヨーグルト 494 kcal | ごはん おすまし ピザ風味チキン 豆腐のえびあんかけ 菜の花のおひたし 898 kcal | ケーキ 196 kcal | ごはん 味噌汁 焼き魚 じゃがいものそぼろ煮 ごま和え 685 kcal | 誕生会 2273 kcal |
| 18(火) | ごはん 味噌汁 かぼちゃの煮物 笹かまぼこ ヨーグルト 467 kcal | 血うどん 中華風ちまき コールスローサラダ 657 kcal | パン 168 kcal | ごはん 白味噌汁 照り焼きチキン 大根の煮物 バナナ 678 kcal | 1970 kcal |
| 19(水) | ごはん 味噌汁 さつま揚げの煮物 ふりかけ ヨーグルト 479 kcal | 深川井 なめこ汁 大根といかの煮物 抹茶ゼリー 599 kcal | 0 kcal | ごはん けんちん汁 千草焼き ビーフン ココアプリン 730 kcal | 1808 kcal |
| 20(木) | ごはん 味噌汁 はんぺんの煮物 納豆 ヨーグルト 528 kcal | サンドイッチ コーンスープ 大根サラダ ジョア 973 kcal | 0 kcal | ごはん 沢煮椀 ポークビーンズ さつまいもの甘煮 キーウイフルーツ 703 kcal | 2204 kcal |
| 21(金) | バターロールパン ミネストローネスープ スクランブルエッグ ジャム 牛乳 519 kcal | ごはん かきたま汁 チキン南蛮 厚揚げとひじきの煮物 コーヒーゼリー 929 kcal | 0 kcal | ごはん 豚汁 白身魚の春雨あんかけ レバーの甘辛煮 オレンジ 601 kcal | 2049 kcal |
| 22(土) | ごはん 味噌汁 だし巻き卵 ぜんまいの煮物 ヨーグルト 455 kcal | たらこスパゲッティ えびカツ ポテトサラダ 842 kcal | 0 kcal | ごはん けんちん汁 照り焼き魚 豆腐肉みそ たこときゅうりの酢のもの 629 kcal | 1926 kcal |
| 23(日) | パン コンソメスープ フライドポテト ヘム鉄ゼリー 牛乳 501 kcal | ごはん スープぎょうざ チンジャオロースー さつま芋の煮物 フルーチェ 594 kcal | 0 kcal | チャーシュー丼 味噌汁 大根とがんもの煮物 酢味噌和え 894 kcal | 1989 kcal |
| 24(月) | ごはん 味噌汁 高野豆腐の煮物 ふりかけ ヨーグルト 451 kcal | あな天井 白味噌汁 筑前煮 沢庵 760 kcal | 0 kcal | ごはん トマたまスープ 鶏ももの山賊焼き 切干大根 もずくの酢の物 777 kcal | 1988 kcal |
| 25(火) | ごはん 味噌汁 茄子の含め煮 白花豆 ヨーグルト 470 kcal | ちゃんぽん麺 春巻き 胡瓜とくらげの酢の物 ペビーパイン缶 583 kcal | パン kcal | ごはん 卵豆腐のおすまし さんまの蒲焼 味噌和え 巾着煮もの 700 kcal | 1921 kcal |
| 26(水) | ごはん 味噌汁 ししゃも しそ昆布佃煮 ヨーグルト 465 kcal | ごはん コーンスープ ムニエルのヨーグルトソース 海草サラダ ゼリー 641 kcal | 0 kcal | ごはん 豚汁 豆腐ハンバーグ野菜あんかけ 南瓜の天ぷら メロン 634 kcal | 1740 kcal |
| 27(木) | 食パン クリームシチュー ゆでたまご ヘム鉄ゼリー オレンジジュース 499 kcal | たまごチャーハン 中華春雨スープ えびマヨ マンゴープリン 768 kcal | 0 kcal | ごはん 味噌汁 鶏肉のもろみ焼き 長芋の梅肉和え 枝豆 701 kcal | 1968 kcal |
| 28(金) | ほうれん草ロールパン コンソメスープ いりたまご ジャム 牛乳 507 kcal | ごはん 煮込みハンバーグ ごぼうサラダ フルーツポンチ 703 kcal | 0 kcal | ごはん 湯葉のすまし汁 茄子の甘辛炒め 切り干し大根と半平の煮物 オレンジ 512 kcal | 1722 kcal |
| 29(土) | ごはん 味噌汁 肉しのだの煮物 時雨佃煮 ヨーグルト 552 kcal | イタリアンスパゲッティ シーフードサラダ チョコパン 735 kcal | 0 kcal | 親子どんぶり 白味噌汁 厚揚げのねぎだれ おくらのおかか和え 700 kcal | 1987 kcal |
| 30(日) | パン カリフラワーのカレースープ フライドポテト ブルーンドライフルーツ 牛乳 674 kcal | ごはん かきたま汁 みそ豚ステーキ がんもの煮もの フルーチェ 741 kcal | kcal | ごはん やきかまのおすまし 魚の七味焼き 里芋のそぼろ煮 わかめの酢のもの 603 kcal | 2018 kcal |