

予定献立表

平成 27年 4月 1日 ~ 平成 27年 4月 15日

日	朝食	昼食	間食	夕食	備考
1(水)	食パン クリームシチュー ゆでたまご ブルーンドライフルーツ ジョア 448 kcal	ごはん 中華スープ3 鮭のめんたいマヨ焼き パンサンス フルーツインゼリー 722 kcal	 0 kcal	ごはん 味噌汁 鶏肉治部煮 梅肉和え オレンジ 697 kcal	
2(木)	ごはん 味噌汁 厚揚げの煮物 ふりかけ ヨーグルト 487 kcal	あじごはん 味噌汁 あげだし豆腐 白玉団子 826 kcal	0 kcal	ごはん 白はんぺんのおすまし 焼き魚 ポテトサラダ バナナ 723 kcal	2036 kcal
3(金)	ツナサンドロール コンソメスープ ウインナー チーズ 牛乳 671 kcal	ごはん そうめん汁 鶏肉のみそネーズ焼き ほうれんそうの和えもの オレンジ 712 kcal	ハッピーターン 76 kcal	ごはん 味噌汁 スペイン風オムレツ 肉団子の煮物 ゼリー 695 kcal	2154 kcal
4(土)	ごはん 味噌汁 さといもの煮物 しそ昆布佃煮 ヨーグルト  476 kcal	スパゲッティミートソース 海草サラダ パンケーキ 727 kcal	 0 kcal	他人丼 白味噌汁 大学芋 バナナ 747 kcal	1950 kcal
5(日)	ごはん 味噌汁 大根と半平の煮物 納豆 牛乳 592 kcal	ごはん 中華スープ3 カニ玉 シューマイ フルーチェ  764 kcal	0 kcal	ごはん ビーフシチュー シーフードサラダ オレンジ  716 kcal	2072 kcal
6(月)	ごはん 味噌汁 厚揚げ煮物 しそ昆布佃煮 牛乳 537 kcal	イタリアンスパゲッティ ポテトサラダ フルーツヨーグルト 789 kcal	パン 112 kcal	ごはん 豚汁 照り焼き魚 胡瓜の酢の物 ゼリー 576 kcal	2014 kcal
7(火)	ごはん 味噌汁 かぼちゃの煮物 ふりかけ ヨーグルト  592 kcal	ごはん そうめん汁 揚げ魚の甘酢あんかけ ひじきの煮つけ いちごみるくプリン 690 kcal	0 kcal	ごはん すまし汁 麻婆豆腐 中華和え オレンジ  592 kcal	1763 kcal
8(水)	食パン オニオンスープ 野菜炒め ジャム 牛乳 493 kcal	ごはん コンソメスープ ハンバーグ 海草サラダ オレンジ  770 kcal	0 kcal	シーフードピラフ ミネストローネスープ マカロニサラダ フルーツインゼリー  1912 kcal	
9(木)	ごはん 味噌汁 切り干し大根 たいみそ ヨーグルト 473 kcal	鮭ちらし寿司 小田巻蒸し 漬物 白玉団子 594 kcal	0 kcal	ゆかりごはん すまし汁 豚肉のしょうが焼き うどの味噌和え キーウイフルーツ 645 kcal	1712 kcal
10(金)	バターロールパン コンソメスープ ポテトソテー ジャム 牛乳  497 kcal	ごはん 味噌汁 鮭の菜種焼き きんぴらごぼう わらびもち 851 kcal	チーズ蒸しパン 0 kcal	ごはん すまし汁 鶏肉の照り煮 蒸しなすのみそかけ バナナ 675 kcal	2119 kcal
11(土)	ごはん 味噌汁 高野豆腐の煮物 うめぼし ヨーグルト 452 kcal	たけのごはん かきたま汁 枝豆とうもろこしボール なばなの辛子和え 葛饅頭  663 kcal	0 kcal	ごはん 中華スープ 八宝菜 肉団子の餅米蒸し オレンジ  1762 kcal	保護者会
12(日)	ごはん 味噌汁 だし巻き卵 ぜんまいの煮物 牛乳 525 kcal	みそかつ丼 麩のすまし汁 つぼ漬け フルーチェ 675 kcal	 0 kcal	ごはん わんこそば 魚の七味焼き どて煮 オレンジ 745 kcal	1945 kcal
13(月)	ごはん 味噌汁 温泉卵 時雨佃煮 牛乳 577 kcal	味噌ラーメン 中華ちまき 杏仁豆腐  140 kcal	パン 140 kcal	ごはん カリフラワーのカレースープ 鶏のソテーラビゴットソース ほうれん草のおしとし バナナ  851 kcal	2125 kcal
14(火)	ごはん 味噌汁 がんもの煮もの 白花豆 ヨーグルト 585 kcal	ゆかりごはん けんちん汁 さばのみそ煮 ポテトサラダ オレンジ 720 kcal	0 kcal	ごはん 中華スープ 豚キムチ 切り干し大根 ゼリー 624 kcal	1929 kcal
15(水)	食パン コンソメスープ スクランブルエッグ ジャム 牛乳 520 kcal	カレーライス メンチカツ 漬物 フルーツヨーグルト  859 kcal	0 kcal	ごはん すまし汁 焼き魚 里芋の肉みそかけ 夏みかん缶 735 kcal	2114 kcal