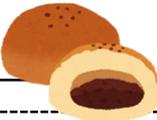


週間献立表（一般食2）

※献立は変更になる場合があります。ご了承ください。

	2025年4月6日(日)	2025年4月7日(月)	2025年4月8日(火)	2025年4月9日(水)	2025年4月10日(木)	2025年4月11日(金)	2025年4月12日(土)
朝食	牛乳 あんパン フルーツ ヨーグルト 	牛乳 米飯 味噌汁 野菜のしゅうまい わさびなのお浸し のり佃煮	牛乳 米飯 味噌汁 中華風たまご焼き 切干大根煮 金時豆 	牛乳 米飯 味噌汁 納豆 ひじき煮 ほうれん草の梅和え	牛乳 米飯 味噌汁 チキン八幡巻き うの花サラダ ふりかけ 	牛乳 米飯 味噌汁 オムレツ チンゲン菜と油揚げの煮びたし 小付け 	牛乳 米飯 味噌汁 野菜と豆腐のふんわりナゲット アスパラのピーナツ和え 小付け 
1人分	597 Kcal 21.9 g 1.66 g	451 Kcal 17 g 2.07 g	473 Kcal 18.4 g 2.67 g	474 Kcal 21 g 2.68 g	545 Kcal 22.7 g 3.03 g	475 Kcal 17.8 g 2.5 g	472 Kcal 20.6 g 2.78 g
昼食	米飯 味噌汁 アジの南蛮漬け 里芋の煮ころがし なめたけ和え	米飯 味噌汁 フライ 小松菜のさっと煮 オレンジ 	米飯 中華スープ 豚肉の柚子胡椒焼き ドレッシング和え マンゴー	シーフードカレー わかめスープ いんげんとコーンのサラダ フルーツカクテル 	米飯 味噌汁 サケのバター醤油焼き もやしとニラの炒め物 なすのごま和え	みそラーメン 野菜サラダ フルーツ 	米飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 大根と昆布の煮物 春雨のドレッシング和え
1人分	479 Kcal 22.4 g 2.22 g	469 Kcal 16.5 g 2.83 g	534 Kcal 16.9 g 0.74 g	544 Kcal 13.8 g 3.13 g	483 Kcal 25.5 g 1.98 g	640 Kcal 22.8 g 3.75 g	564 Kcal 22.5 g 1.94 g
おやつ	レモンゼリー	スイートポテト	ミニ今川焼き（こしあん） 	カスタードクレープ	ミニエクレア	ピーチゼリー	苺のムース
1人分	29 Kcal 0.3 g	87 Kcal 0.3 g	106 Kcal 2.2 g 0.24 g	77 Kcal 1.5 g 0.07 g	62 Kcal 1.6 g 0.05 g	57 Kcal 0.1 g 0.06 g	65 Kcal 0.8 g 0.08 g
夕食	米飯 味噌汁 肉団子とチンゲン菜の煮込み いんげんの金平 中華サラダ 	米飯 味噌汁 鶏肉の塩レモン焼き なすの田舎煮 ほうれん草のおかか和え 	米飯 味噌汁 ほっけ味噌焼き にんにくの芽の炒めもの 白和え 	米飯 味噌汁 メンチカツ 冬瓜の煮物 小松菜のお浸し	米飯 味噌汁 鶏肉の治部煮 かぼちゃのいとこ煮 酢の物 	米飯 味噌汁 さばの塩焼き 五目煮 白菜のゆかり和え	米飯 味噌汁 きのこ厚揚げの味噌炒 小松菜とあさりの煮浸し 甘酢和え 
1人分	522 Kcal 17 g 3.14 g	596 Kcal 23.4 g 2.04 g	446 Kcal 21.6 g 1.81 g	531 Kcal 13.3 g 2.16 g	573 Kcal 22.8 g 2.13 g	486 Kcal 21.7 g 2.01 g	474 Kcal 19.6 g 2.08 g
合計	1627 Kcal 61.3 g 7.02 g	1603 Kcal 57.2 g 6.94 g	1559 Kcal 59.1 g 5.46 g	1626 Kcal 49.6 g 8.04 g	1663 Kcal 72.6 g 7.19 g	1658 Kcal 62.4 g 8.32 g	1575 Kcal 63.5 g 6.88 g