

2024年 4月 月間献立表 (夕食)

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
ご飯 味噌汁 具沢山玉子焼き さつま芋レモン煮 プチシュー	ご飯 味噌汁 鶏肉のマヨネーズ焼 かぶの白だし煮 ぶどうゼリー	ご飯 清汁 筑前煮 ビーンズサラダ ワッフル	ご飯 味噌汁 八宝菜 大根の炒め煮 焼きプリンタルト	ご飯 味噌汁 白身魚のラビゴットソース 冬瓜のくず煮 マンゴープリン	ご飯 白菜とにらのスープ 鶏肉のチーズ照焼 アスパラとウインナーのソテー ぶどうゼリー	ご飯 味噌汁 魚の味醂醤油焼 肉じゃが カステラ
エネルギー700kcal たんぱく質24.0g 脂質20.3g 食塩相当量2.5g	エネルギー651kcal たんぱく質23.4g 脂質23.1g 食塩相当量2.4g	エネルギー608kcal たんぱく質19.9g 脂質16.1g 食塩相当量2.1g	エネルギー662kcal たんぱく質22.6g 脂質19.4g 食塩相当量3.2g	エネルギー666kcal たんぱく質24.2g 脂質16.7g 食塩相当量3.2g	エネルギー655kcal たんぱく質24.8g 脂質19.5g 食塩相当量3.3g	エネルギー645kcal たんぱく質25.9g 脂質12.9g 食塩相当量1.8g
8	9	10	11	12	13	14
ご飯 味噌汁 チキンピカタ きゅうりの蟹カマ和え みかん缶	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 白菜の昆布茶和え すりおろし白桃	ご飯 味噌汁 豚肉と海老の中華煮 大根のきんぴら 焼きプリンタルト	ご飯 玉葱とマカロニのスープ 白身魚のチーズ焼き じゃが芋のガーリック炒め ミルクレーブ	ご飯 味噌汁 ツナの玉子焼き さつま芋レモン煮 青りんごゼリー	ご飯 清汁 回鍋肉 ナムル 焼きプリンタルト	ご飯 味噌汁 ハンバーグ ほうれん草のしらす和え カスタードどら焼き
エネルギー645kcal たんぱく質29.6g 脂質18.0g 食塩相当量2.7g	エネルギー664kcal たんぱく質24.1g 脂質23.9g 食塩相当量3.1g	エネルギー656kcal たんぱく質22.8g 脂質18.6g 食塩相当量3.4g	エネルギー663kcal たんぱく質31.2g 脂質19.3g 食塩相当量2.9g	エネルギー710kcal たんぱく質23.2g 脂質17.4g 食塩相当量2.5g	エネルギー718kcal たんぱく質21.9g 脂質27.7g 食塩相当量2.2g	エネルギー619kcal たんぱく質22.3g 脂質12.9g 食塩相当量3.2g
15	16	17	18	19	20	21
ご飯 コーンと菜の花のスープ 鶏肉のチーズカレー焼き 野菜のトマト煮 カステラ	ご飯 具沢山汁 ブリの照焼 さっぱりサラダ みかんゼリー	ご飯 清汁 豚肉と茄子の味噌炒め ひじきの煮物 黒糖ケーキ	ご飯 味噌汁 煮込みハンバーグ かぼちゃサラダ ヨーグルトケーキ	ご飯 味噌汁 ぶり大根 さつま芋のレモン煮 プチシュー	ご飯 ハムと白菜のスープ 唐揚げ ブロッコリーサラダ ぶどうゼリー	ご飯 味噌汁 鶏肉の味噌漬け焼き 鍋しぎ ココアワッフル
エネルギー710kcal たんぱく質28.3g 脂質19.4g 食塩相当量2.5g	エネルギー656kcal たんぱく質28.0g 脂質16.5g 食塩相当量3.2g	エネルギー721kcal たんぱく質26.6g 脂質28.4g 食塩相当量1.6g	エネルギー659kcal たんぱく質20.7g 脂質16.9g 食塩相当量3.2g	エネルギー686kcal たんぱく質26.9g 脂質18.3g 食塩相当量2.1g	エネルギー669kcal たんぱく質21.4g 脂質20.4g 食塩相当量3.2g	エネルギー701kcal たんぱく質25.7g 脂質25.1g 食塩相当量2.8g
22	23	24	25	26	27	28
ご飯 けんちん汁 鰯の西京焼き マカロニサラダ コーヒーゼリー	ご飯 味噌汁 鶏肉のおろしだれ 人参のドレッシング和え りんごゼリー	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 カクテルサラダ みかん缶	ご飯 味噌汁 フライ盛合せ 青梗菜と油揚げの煮浸し マスカットゼリー	ご飯 味噌汁 鶏肉の柚子胡椒焼き 白菜と油揚げの煮浸し やわらかプリン	ご飯 味噌汁 鰯のニンニク味噌焼き ツナサラダ ワッフル	炒飯 具沢山汁 メンチカツ 杏仁豆腐
エネルギー616kcal たんぱく質25.9g 脂質12.3g 食塩相当量2.2g	エネルギー659kcal たんぱく質25.6g 脂質18.4g 食塩相当量2.3g	エネルギー696kcal たんぱく質26.3g 脂質26.5g 食塩相当量2.6g	エネルギー720kcal たんぱく質16.8g 脂質23.6g 食塩相当量2.4g	エネルギー663kcal たんぱく質28.5g 脂質19.6g 食塩相当量2.6g	エネルギー620kcal たんぱく質27.2g 脂質18.3g 食塩相当量2.3g	エネルギー694kcal たんぱく質22.0g 脂質22.7g 食塩相当量2.5g
29	30					
ご飯 味噌汁 鶏肉のマヨネーズ焼き かぶの白だし煮 ぶどうゼリー	ご飯 味噌汁 煮込みハンバーグ マカロニサラダ 焼きプリンタルト					
エネルギー657kcal たんぱく質24.2g 脂質24.1g 食塩相当量2.4g	エネルギー682kcal たんぱく質21.5g 脂質16.8g 食塩相当量3.4g					

* 食材の都合により、一部献立を変更させていただく場合がございます。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。