

WEEKLY MENU

| | 月 4月12日 | 火 4月13日 | 水 4月14日 | 木 4月15日 | 金 4月16日 | 土 4月17日 | 日 4月18日 |
|---|------------|------------|------------|---|---|---|--|
| 朝食  | | | | | ご飯 キャベツと葱の味噌汁 ボイルウィンナー 金平ごぼう スロー 牛乳 納豆 | ご飯 大根と麩の味噌汁 肉野菜炒め マカロニサラダ スロー 牛乳 のり佃煮 | ご飯 キャベツと油揚げの味噌汁 オムレツ ビーフン炒め スロー 牛乳 ぶりかけ |
| 昼食  | | | | | カレーうどん こんにゃくときのこの七味炒め ブロッコリーのミモザサラダ ミニライス 乳酸飲料 | 牛丼 もやしと葱の味噌汁 中華ポテト ほうれん草シラスのお浸し 乳酸飲料 | ソースカツ丼 豆腐とわかめの味噌汁 ごぼうサラダ 小松菜ともやしのゆず和え ゼリー |
| 夕食  | | | | ご飯 ほうれん草ともやしの味噌汁 豚肉の生姜焼き 筍とぜんまいの煮物 ひじきと豆のサラダ スロー | ご飯 わかめと白菜のスープ 麻婆豆腐 蒸しエビシュウマイ カラフル野菜の中華和え スロー | ご飯 しめじと人参のスープ 白身魚のポテト焼き ひじき煮 菜の花と蒸し鶏のわさび和え スロー | ご飯 玉葱とえのきの味噌汁 鶏肉のガーリックソテー かぼちゃの煮物 青梗菜とえのきのお浸し スロー |

| 一日合計栄養価 | | | | | | | | | | | | | |
|---------|-------|--|--|--|--|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| エネルギー | たんぱく質 | | | | | 832 | 38.2g | 2,857 | 93.2g | 2,726 | 98.2g | 2,782 | 97.8g |
| | 脂質 | | | | | | 35.2g | | 79.6g | | 72.2g | | 76.3g |
| | 食塩相当量 | | | | | | 3.2g | | 11.3g | | 10.2g | | 9.5g |

★汁物の具材は変更になる場合がございます。

* 食堂をご利用いただきましてありがとうございます。 食材の仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございますのでご了承下さい *