献　立　表

日	曜	朝食	カロリー 蛋白	昼食	カロリー 蛋白	夕食	カロリー 蛋白
2/28	月	ホットドッグ・ミニオムレツ ヨーグルト・スープ ごはん 生野菜・生卵・のり・牛乳	686kcal 20.3g	和風ハンバーグ 金平蓮根 赤だし味噌汁	691kcal 29.1g	鯖の照焼 鶏のから揚げ すまし汁・切干大根煮 わらび餅	864kcal 29.0g
3/1	火	鰆塩焼・ミニ春巻 しば漬・味噌汁 ごはん・生野菜 生卵・納豆・のり・牛乳	564kcal 24.5g	ちゃんぽん ワカメご飯 ごま団子	878kcal 22.4g	麻婆豆腐 揚げ餃子 ワカメスープ ライチゼリー	876kcal 30.5g
3/2	水	チーズトースト・ウインナー ヨーグルト・スープ ごはん 生野菜・生卵・のり・牛乳	605kcal 23.5g	キーマカレー ハムサラダ ミニ雪見大福	791kcal 28.3g	グリルチキン たこ焼 オニオンスープ バナナ	604kcal 29.9g
3/3	木	鯖塩焼・だし巻 ひじき煮・味噌汁 ごはん・生野菜 生卵・納豆・のり・牛乳	589kcal 18.7g	豚ヒレカツ 春雨の酢の物 味噌汁	667kcal 22.5g	すき煮 イカ天ぷら キウイ 温泉玉子	830kcal 34.6g
3/4	金	ホットケーキ・チキンナゲット スープ ごはん・生野菜 生卵・のり・牛乳	610kcal 19.5g	ビビンバ かき玉スープ 中華ポテト	744kcal 24.3g	ロールキャベツシチュー ツナサラダ 抹茶ケーキ	938kcal 32.8g
3/5	土	ししゃも・蓮根はさみ揚げ 刻みたくあん・味噌汁 ごはん・生野菜 生卵・納豆・味付きのり・牛乳	575kcal 23.4g	海老炒飯 牛肉コロッケ 中華スープ	744kcal 27.1g	鰆のきのこマリネ ミートボール さつまいも甘煮 コンソメスープ	758kcal 28.5g
3/6	日	食パン・ミニクロワッサン ヨーグルト・ごはん 生野菜・チーズ・生卵・のり・牛乳	524kcal 20.5g	肉うどん 竹の子土佐煮 ゆかりご飯 ミニたい焼	854kcal 27.3g	アジフライ マカロニサラダ 味噌汁 アセロラサラダ	1003kcal 23.5g

※ 材料等の関係で変更することがありますが、ご了承下さい。