

## 週間献立予定表

2023年04月10日(月)～2023年04月16日(日)

日付	朝食	昼食	夕食
4/10 (月)		サラダうどん いなり寿司 筑前煮	ハンバーグデミグラスソース 新玉ねぎとツナのサラダ 豚汁 ケーキ ごはん
		エネルギー たんぱく質 762 kcal 33.9 g	エネルギー たんぱく質 996 kcal 34.0 g
4/11 (火)	さばの塩焼き ちくわ磯辺揚げ だいこん漬 サラダ 味噌汁 ジュース	牛丼 いか天ぷら 味噌汁	ささみチーズカツ ごぼうサラダ 味噌汁 ごはん ベアクリームワッフル
	エネルギー たんぱく質 639 kcal 23.3 g	エネルギー たんぱく質 889 kcal 26.8 g	エネルギー たんぱく質 878 kcal 28.0 g
4/12 (水)	コロケ 肉団子 りんご サラダ コンソメスープ ジュース	魚の野菜あんかけ 鶏の胡麻味噌煮 すまし汁 ごはん	豚の角煮 もやしのキムチチャンプルー 大根のおかか和え 味噌汁 ごはん
	エネルギー たんぱく質 635 kcal 13.9 g	エネルギー たんぱく質 657 kcal 22.3 g	エネルギー たんぱく質 1193 kcal 40.0 g
4/13 (木)	目玉焼き 切干大根煮 サラダ 味噌汁 ジュース	チキンチャップ ほうれん草とえのきのソテー コンソメスープ ごはん	ぶりの南蛮焼 豚バラの蒸し野菜 味噌汁 ごはん オレンジ
	エネルギー たんぱく質 550 kcal 19.7 g	エネルギー たんぱく質 824 kcal 34.7 g	エネルギー たんぱく質 690 kcal 28.9 g
4/14 (金)	チキンナゲット たまごサラダ ヨーグルト サラダ ワカメスープ ジュース	カツカレー かぼちゃサラダ みかんゼリー	ユーリンチ風唐揚げ ニラ玉炒め キャベツマヨネーズ和え 味噌汁 ごはん
	エネルギー たんぱく質 662 kcal 19.6 g	エネルギー たんぱく質 1077 kcal 27.4 g	エネルギー たんぱく質 1221 kcal 48.7 g
4/15 (土)	白身魚の唐揚げ 小松菜のごま和え サラダ 味噌汁 ジュース	豚キムチ炒め ギョーザ 中華スープ ごはん	さけのグラタン風 ほうれん草のじゃこ炒め コーンスープ ごはん
	エネルギー たんぱく質 586 kcal 19.5 g	エネルギー たんぱく質 734 kcal 26.1 g	エネルギー たんぱく質 721 kcal 35.3 g
4/16 (日)	クロワッサン ウインナー スパゲティーサラダ チーズ サラダ ジュース	あじフライ なすの味噌炒め 味噌汁 ごはん	チキンのトマト煮込み 小松菜のお浸し・ ちくわの天ぷら 味噌汁 ごはん
	エネルギー たんぱく質 818 kcal 21.3 g	エネルギー たんぱく質 841 kcal 28.4 g	エネルギー たんぱく質 1019 kcal 43.4 g

※材料等の関係で変更することがありますのでご了承ください。