

ご入学おめでとうございます

週間献立予定表

2025年04月09日(水)～2025年04月13日(日)

出されたすべての野菜を食べると、一日の目標である 350gが達成されます。

4/9 (水)		ジャージャー麺 鶏のチリソース わかめスープ	
		エネルギー たんぱく質 脂質 831 kcal 35.8 g 30.0 g 炭水化物 104.3 g	
4/10 (木)		トンカツ 菜の花のごま和え かき玉汁 たけのこご飯	鶏肉の山賊焼き ひじきの白和え みそ汁 ごはん
		エネルギー たんぱく質 脂質 825 kcal 34.1 g 36.3 g 炭水化物 91.1 g	エネルギー たんぱく質 脂質 683 kcal 34.8 g 23.5 g 炭水化物 84.6 g
4/11 (金)	鶏の天ぷら 金平大根 サラダ みそ汁 牛乳 ごはん 卵・納豆	ビビンバ丼 チョレギ風サラダ 春雨スープ	白身魚の春野菜あんかけ 筑前煮 みそ汁 ごはん
	エネルギー たんぱく質 脂質 613 kcal 24.6 g 16.6 g 炭水化物 92.6 g	エネルギー たんぱく質 脂質 633 kcal 19.5 g 18.9 g 炭水化物 95.0 g	エネルギー たんぱく質 脂質 615 kcal 23.3 g 16.3 g 炭水化物 98.8 g
4/12 (土)	サバの照り焼き 小松菜のおかか和え サラダ みそ汁 牛乳 ごはん 卵・納豆	のり塩唐揚げ ビーフンソテー みそ汁 ごはん	肉じゃが もやしの塩昆布和え みそ汁 ごはん
	エネルギー たんぱく質 脂質 629 kcal 24.0 g 22.8 g 炭水化物 85.1 g	エネルギー たんぱく質 脂質 795 kcal 34.1 g 28.0 g 炭水化物 103.9 g	エネルギー たんぱく質 脂質 635 kcal 24.4 g 15.9 g 炭水化物 103.5 g
4/13 (日)	カレーコロッケ スパゲティソテー ヨーグルト コンソメスープ サラダ 牛乳・ロールパン ごはん・卵・納豆	エビ天うどん 白菜のお浸し ゆかりごはん	ポークピカタ 高野豆腐の煮物 みそ汁 ごはん
	エネルギー たんぱく質 脂質 669 kcal 18.4 g 19.5 g 炭水化物 107.4 g	エネルギー たんぱく質 脂質 731 kcal 33.0 g 20.3 g 炭水化物 146.6 g	エネルギー たんぱく質 脂質 732 kcal 32.0 g 29.5 g 炭水化物 85.8 g

※材料等の都合により変更する場合があります。

入学式

