

# メニュー表



	2月26日(日曜日)	2月27日(月曜日)	2月28日(火曜日)
朝食(和)	ご飯 ジャーマンポテト フルーツ 味噌汁	ご飯 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 オムレツ きのこサラダ 味噌汁 佃煮
	I補肝 - 323kcal 炭水化物 64.6g 蛋白質 7.1g 脂質 4.4g 食塩当量 2.0g	I補肝 - 343kcal 炭水化物 63.3g 蛋白質 9.2g 脂質 6.0g 食塩当量 2.2g	I補肝 - 353kcal 炭水化物 67.2g 蛋白質 10.5g 脂質 5.0g 食塩当量 3.3g
朝食(洋)	丸ロール ジャーマンポテト フルーツ 牛乳	レーズンパン 豆腐ハンバーグ マカロニ 牛乳	食パン/マーガリン オムレツ きのこサラダ 牛乳
	I補肝 - 410kcal 炭水化物 52.3g 蛋白質 13.7g 脂質 16.1g 食塩当量 1.5g	I補肝 - 420kcal 炭水化物 53.2g 蛋白質 14.2g 脂質 16.5g 食塩当量 1.5g	I補肝 - 503kcal 炭水化物 57.4g 蛋白質 19.4g 脂質 22.1g 食塩当量 2.2g
昼食	ご飯 厚揚げの炒め煮 白菜の煮浸し 大根サラダ 味噌汁 	ご飯 牛肉のオムレツ炒め 糸こんにゃくの金平 かぼちゃサラダ 味噌汁 	おにぎり かき揚げうどん ブロッコリーのおかか和え 和菓子 
	I補肝 - 420kcal 炭水化物 64.2g 蛋白質 16.7g 脂質 11.4g 食塩当量 2.8g	I補肝 - 550kcal 炭水化物 75.3g 蛋白質 16.4g 脂質 22.6g 食塩当量 3.9g	I補肝 - 426kcal 炭水化物 85.2g 蛋白質 11.3g 脂質 5.7g 食塩当量 3.3g
夕食	ご飯 焼肉風炒め 小松菜のさっと煮 ひじきのサラダ 吸物	ご飯 アジの蒲焼き 添え野菜 がんも煮 青菜の和え物 味噌汁 	ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 添え野菜 冬瓜の煮物 ごぼうサラダ 味噌汁
	I補肝 - 537kcal 炭水化物 68.5g 蛋白質 14.6g 脂質 24.2g 食塩当量 3.2g	I補肝 - 413kcal 炭水化物 62.8g 蛋白質 22.7g 脂質 8.9g 食塩当量 3.1g	I補肝 - 558kcal 炭水化物 65.8g 蛋白質 20.5g 脂質 25.2g 食塩当量 2.8g



※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。

