



# メニュー表



	4月16日(日曜日)	4月17日(月曜日)	4月18日(火曜日)	4月19日(水曜日)	4月20日(木曜日)	4月21日(金曜日)	4月22日(土曜日)
朝食(和)	ご飯 ジャーマンポテト 温泉卵 味噌汁	ご飯 オムレツ さつまいもサラダ 味噌汁	ご飯 ほうれん草のソテー ゴボウサラダ 味噌汁 佃煮	ご飯 ベーコンエッグ ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 ハッシュドポテト ブロッコリーの和え物 味噌汁 梅ソース	ご飯 野菜オムレツ スパサラダ 味噌汁	ご飯 玉子とじ ヨーグルト 味噌汁 佃煮
	I補付 - 380kcal 炭水化物 64.8g 蛋白質 12.2g 脂質 8.2g 食塩当量 2.6g	I補付 - 385kcal 炭水化物 71.2g 蛋白質 9.4g 脂質 7.0g 食塩当量 2.3g	I補付 - 383kcal 炭水化物 65.1g 蛋白質 9.0g 脂質 9.8g 食塩当量 3.0g	I補付 - 352kcal 炭水化物 65.7g 蛋白質 8.5g 脂質 6.4g 食塩当量 2.1g	I補付 - 412kcal 炭水化物 78.0g 蛋白質 7.9g 脂質 8.0g 食塩当量 3.8g	I補付 - 356kcal 炭水化物 66.5g 蛋白質 8.7g 脂質 6.2g 食塩当量 2.2g	I補付 - 377kcal 炭水化物 73.4g 蛋白質 10.8g 脂質 4.5g 食塩当量 2.6g
朝食(洋)	丸ロール ジャーマンポテト 温泉卵 牛乳	レーズンパン オムレツ さつまいもサラダ 牛乳	食パン/マーガリン ほうれん草のソテー ゴボウサラダ 牛乳	ミニ山シュガー ベーコンエッグ ポテトサラダ 牛乳	食パン/ジャム ハッシュドポテト ブロッコリーの和え物 牛乳	ショコラロール 野菜オムレツ スパサラダ 牛乳	食パン/マーガリン 玉子とじ ヨーグルト 牛乳
	I補付 - 454kcal 炭水化物 48.5g 蛋白質 18.8g 脂質 20.4g 食塩当量 2.0g	I補付 - 445kcal 炭水化物 57.0g 蛋白質 14.2g 脂質 17.5g 食塩当量 1.6g	I補付 - 525kcal 炭水化物 54.0g 蛋白質 17.4g 脂質 26.9g 食塩当量 1.9g	I補付 - 464kcal 炭水化物 58.5g 蛋白質 14.8g 脂質 18.4g 食塩当量 1.6g	I補付 - 538kcal 炭水化物 76.4g 蛋白質 16.9g 脂質 18.5g 食塩当量 2.5g	I補付 - 448kcal 炭水化物 47.4g 蛋白質 15.2g 脂質 21.8g 食塩当量 1.3g	I補付 - 518kcal 炭水化物 61.8g 蛋白質 19.3g 脂質 21.6g 食塩当量 1.5g
昼食	ご飯 和風ロールキャベツ ごぼうの炒め物 人参のさっぱり和え 吸物	<大阪府 ご当地メニュー> ご飯 お好み焼き チンゲン菜の和え物 味噌汁 フルーツ	マーボー丼 シューマイ もやし和え物 スープ	カレーライス キャベツの和え物 フルーツ 福神漬	ご飯 カレイの煮つけ 添え煮 さつま芋の煮物 菜の花の胡麻和え 吸物	おにぎり にゅうめん 三度豆の和え物 一口和菓子	カニ風ちらし寿司 高野の煮物 吸物 フルーツ
	I補付 - 418kcal 炭水化物 83.8g 蛋白質 11.7g 脂質 5.5g 食塩当量 3.4g	I補付 - 545kcal 炭水化物 97.5g 蛋白質 16.8g 脂質 10.7g 食塩当量 4.2g	I補付 - 497kcal 炭水化物 74.1g 蛋白質 20.3g 脂質 13.5g 食塩当量 3.9g	I補付 - 501kcal 炭水化物 95.4g 蛋白質 8.3g 脂質 10.2g 食塩当量 2.5g	I補付 - 415kcal 炭水化物 81.6g 蛋白質 19.4g 脂質 2.2g 食塩当量 2.5g	I補付 - 348kcal 炭水化物 73.3g 蛋白質 10.1g 脂質 2.2g 食塩当量 4.5g	I補付 - 434kcal 炭水化物 87.2g 蛋白質 12.4g 脂質 4.0g 食塩当量 4.3g
夕食	ご飯 タラの照焼き 添え野菜 ひじきの煮物 大根の梅肉和え 味噌汁	ご飯 和風ハンバーグ/柚子あん 添え野菜 南瓜の甘煮 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	ご飯 サバの塩焼き 添え野菜 切干大根の煮物 三度豆の和え物 味噌汁	ご飯 豚肉のオスターソース炒め ギョウザ オクラの和え物 味噌汁	ご飯 根菜とえび団子の煮物 湯豆腐 白菜の青じそ風味 味噌汁	ご飯 豚肉のさっぱりポン酢炒め じゃが芋の煮物 ほうれん草の香味和え 味噌汁	ご飯 マスの山椒焼き 添え野菜 大根の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁
	I補付 - 371kcal 炭水化物 68.5g 蛋白質 17.8g 脂質 3.3g 食塩当量 3.4g	I補付 - 466kcal 炭水化物 83.7g 蛋白質 16.0g 脂質 8.4g 食塩当量 3.7g	I補付 - 459kcal 炭水化物 67.1g 蛋白質 19.8g 脂質 14.3g 食塩当量 2.8g	I補付 - 563kcal 炭水化物 75.6g 蛋白質 16.2g 脂質 22.9g 食塩当量 3.6g	I補付 - 420kcal 炭水化物 77.3g 蛋白質 12.5g 脂質 7.1g 食塩当量 3.3g	I補付 - 541kcal 炭水化物 75.1g 蛋白質 16.7g 脂質 21.0g 食塩当量 3.2g	I補付 - 375kcal 炭水化物 64.8g 蛋白質 20.0g 脂質 5.1g 食塩当量 2.9g

※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。