



# メニュー表



	4月7日(日曜日)	4月8日(月曜日)	4月9日(火曜日)	4月10日(水曜日)	4月11日(木曜日)	4月12日(金曜日)	4月13日(土曜日)
朝食	カスタードロール ベーコンエッグ かぼちゃサラダ ジュース	ジャムパン ミートボール 高野豆腐の玉子とし 牛乳	くるみロール キャベツのソテー ポテトサラダ 牛乳	ショコラロール スクランブルエッグ ジャーマンポテト スープ	ロールパン ハッシュドポテト 春雨の中華風 牛乳	レーズンパン オムレツ 野菜のクリーム煮 牛乳	黒糖ロールパン 豆腐ハンバーグ かぼちゃサラダ 牛乳
	I補給 - 380kcal 炭水化物 55.2g 蛋白質 8.6g 脂質 14.0g 食塩当量 1.0g	I補給 - 440kcal 炭水化物 51.5g 蛋白質 17.8g 脂質 17.8g 食塩当量 1.1g	I補給 - 397kcal 炭水化物 43.6g 蛋白質 12.5g 脂質 18.7g 食塩当量 1.6g	I補給 - 350kcal 炭水化物 38.8g 蛋白質 8.9g 脂質 17.8g 食塩当量 2.6g	I補給 - 444kcal 炭水化物 53.9g 蛋白質 12.6g 脂質 19.6g 食塩当量 2.3g	I補給 - 399kcal 炭水化物 51.8g 蛋白質 13.8g 脂質 14.8g 食塩当量 1.7g	I補給 - 394kcal 炭水化物 51.5g 蛋白質 14.9g 脂質 14.0g 食塩当量 1.6g
昼食	紫蘇の実散らし寿司 茄子の煮物 吸物 デザート	炭火焼鳥丼 ほうれん草の和え物 味噌汁 フルーツ	<福井県ご当地メニュー> ボルガライス 明太スパサラダ スープ	炊き込みご飯 太刀魚の塩焼き がんと煮 オクラの和え物 味噌汁	おにぎり ちゃんぽん ギョーザ フルーツ	ご飯 鮭のフライ 添え野菜 春菊の煮浸し なます 味噌汁	ご飯 お好み焼き スナッペンどうのソテー 春雨の和え物 味噌汁
	I補給 - 467kcal 炭水化物 94.9g 蛋白質 8.8g 脂質 5.3g 食塩当量 3.6g	I補給 - 572kcal 炭水化物 93.1g 蛋白質 22.4g 脂質 12.1g 食塩当量 2.9g	I補給 - 745kcal 炭水化物 114.2g 蛋白質 19.2g 脂質 23.7g 食塩当量 5.6g	I補給 - 594kcal 炭水化物 87.0g 蛋白質 21.1g 脂質 19.4g 食塩当量 3.8g	I補給 - 608kcal 炭水化物 101.7g 蛋白質 17.0g 脂質 16.1g 食塩当量 3.7g	I補給 - 630kcal 炭水化物 96.7g 蛋白質 17.7g 脂質 20.1g 食塩当量 2.9g	I補給 - 698kcal 炭水化物 115.6g 蛋白質 17.9g 脂質 19.5g 食塩当量 4.9g
夕食	ご飯 茹で豚のごまだれ じゃがいもの煮物 春雨サラダ 味噌汁	ご飯 サワラの照り焼き 添え野菜 切干大根の煮物 青菜の柚子香和え 味噌汁	ご飯 豚肉の甘酢炒め 蓮根の金平 かぼちゃの塩昆布和え 味噌汁	ご飯 鶏肉とごぼうの旨煮 竹輪の甘辛煮 白菜のサラダ 味噌汁	ご飯 肉じゃが ビーフン炒め チンゲン菜の和え物 味噌汁	ご飯 麻婆茄子 肉団子 三度豆の胡麻和え スープ	ご飯 牛肉と冬瓜の煮物 糸こんにゃくの金平 青菜の和え物 味噌汁
	I補給 - 674kcal 炭水化物 99.3g 蛋白質 16.5g 脂質 25.1g 食塩当量 2.9g	I補給 - 517kcal 炭水化物 88.5g 蛋白質 21.8g 脂質 9.4g 食塩当量 2.8g	I補給 - 663kcal 炭水化物 95.1g 蛋白質 18.0g 脂質 25.0g 食塩当量 3.2g	I補給 - 605kcal 炭水化物 98.5g 蛋白質 21.1g 脂質 15.5g 食塩当量 3.7g	I補給 - 621kcal 炭水化物 104.1g 蛋白質 16.4g 脂質 17.0g 食塩当量 3.2g	I補給 - 596kcal 炭水化物 101.4g 蛋白質 22.5g 脂質 11.1g 食塩当量 3.9g	I補給 - 598kcal 炭水化物 91.4g 蛋白質 16.2g 脂質 20.2g 食塩当量 2.7g

※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。