

日	月	火	水	木	金	土
27				1	2	3
-				ボンゴレスパゲティー キャベツと卵のサラダ ハッシュポテト ミネストローネ風スープ	ごはん さわらのネギ塩焼き 花野菜のマリネ 小豆ミルクパバロア すまし汁	-
-				エネルギー 704kcal 蛋白質 23.5g 脂質 23.3g 炭水化物 96.9g 食塩 3.2g	エネルギー 496kcal 蛋白質 22.7g 脂質 12.0g 炭水化物 71.3g 食塩 1.6g	-
-						-
-						-
4	5	6	7	8	9	10
-	こどもの日 お子様プレート オムライス&ハンバーグ コールスローサラダ やわらかプリン コンソメスープ	コロッケの日 ごはん カレーコロッケとクリームコロッケ ブロッコリーのドレッシング和え チョコレートパバロア 味噌汁	ロールパン カレー風味ポトフ ツナサラダ ピーチムース	ごはん 赤魚の煮付け ベーコンポテト キャベツのゆかり和え 味噌汁 カルシウムふりかけ	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 ほうれん草のピーナッツ和え キャラメルプリン コンソメスープ	-
-	エネルギー 578kcal 蛋白質 19.1g 脂質 20.8g 炭水化物 77.6g 食塩 2.7g	エネルギー 551kcal 蛋白質 15.7g 脂質 9.1g 炭水化物 99.6g 食塩 3.2g	エネルギー 575kcal 蛋白質 22.3g 脂質 24.8g 炭水化物 67.1g 食塩 2.2g	エネルギー 414kcal 蛋白質 19.4g 脂質 5.8g 炭水化物 68.6g 食塩 3.3g	エネルギー 575kcal 蛋白質 24.1g 脂質 15.8g 炭水化物 81.8g 食塩 2.4g	-
-						-
11	12	13	14	15	16	17
-	ごはん カレイのムニエル マセドアンサラダ メロンムース コンソメスープ カルシウムふりかけ	(冷やし) じゃじゃ麺 もやしのナムル 練乳ミルクプリン 中華スープ	ごはん 麻婆豆腐 ちくわの磯部揚げ 中華サラダ わかめスープ	ハヤシライス 野菜サラダ コーヒーゼリー コンソメスープ	ごはん スタミナ焼き カボチャの煮物 白菜の胡麻和え 味噌汁	-
-	エネルギー 577kcal 蛋白質 17.7g 脂質 23.2g 炭水化物 72.7g 食塩 2.3g	エネルギー 512kcal 蛋白質 23.9g 脂質 9.9g 炭水化物 81.9g 食塩 3.8g	エネルギー 569kcal 蛋白質 21.8g 脂質 15.4g 炭水化物 82.4g 食塩 2.7g	エネルギー 543kcal 蛋白質 14.7g 脂質 16.8g 炭水化物 81.2g 食塩 3.0g	エネルギー 542kcal 蛋白質 23.1g 脂質 12.7g 炭水化物 81.4g 食塩 2.6g	-
-						-
18	19	20	21	22	23	24
-	ロールパン チリコンカン マカロニサラダ ほうじ茶プリン コンソメスープ	ごはん 鶏肉の黒酢から揚げ ごぼうサラダ ほうれん草のお浸し 味噌汁	麺紀行《東京都》 油そば 小松菜のナムル あんみつ 中華スープ	ごはん 豚肉の柳川風煮 茄子の生姜醤油和え イチゴヨーグルト 味噌汁	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 人参とツナのドレッシング和え 豚肉と大根煮 味噌汁 カルシウムふりかけ	-
-	エネルギー 632kcal 蛋白質 26.3g 脂質 26.2g 炭水化物 74.3g 食塩 2.3g	エネルギー 618kcal 蛋白質 25.3g 脂質 26.7g 炭水化物 66.5g 食塩 3.0g	エネルギー 453kcal 蛋白質 20.0g 脂質 8.1g 炭水化物 74.3g 食塩 2.7g	エネルギー 585kcal 蛋白質 26.5g 脂質 17.3g 炭水化物 77.8g 食塩 2.8g	エネルギー 601kcal 蛋白質 24.2g 脂質 24.3g 炭水化物 68.0g 食塩 2.9g	-
-						-
25	26	27	28	29	30	
-	冷やしキツネそば 切干大根の煮物 インゲン胡麻和え ヨーグルト	ごはん 赤魚の塩麹焼き 里芋の煮物 キャベツの甘酢和え 味噌汁 カルシウムふりかけ	ごはん 鶏肉のチリソース煮 海藻サラダ 青梗菜の中華風煮びたし 味噌汁	ごはん 白身魚フライとメンチカツ さつまいものおろし和え 高野豆腐の含め煮 味噌汁	ごはん 冷しゃぶゴマダレかけ ひじき煮 オレンジゼリー 中華スープ	-
-	エネルギー 480kcal 蛋白質 20.2g 脂質 5.9g 炭水化物 88.5g 食塩 2.3g	エネルギー 438kcal 蛋白質 19.1g 脂質 6.8g 炭水化物 72.6g 食塩 3.1g	エネルギー 494kcal 蛋白質 22.0g 脂質 15.7g 炭水化物 63.5g 食塩 2.8g	エネルギー 651kcal 蛋白質 19.6g 脂質 19.4g 炭水化物 96.6g 食塩 4.2g	エネルギー 495kcal 蛋白質 20.0g 脂質 12.6g 炭水化物 74.6g 食塩 2.7g	-
-						-