

日	月				火				水				木				金				土
4	5				6				7				8				9				10
-	<div> <div> オムライス ブロッコリーのサラダ あずきミルクパバロア コーンスープ </div>  </div>				<div> <div> ごはん 豚肉の生姜炒め ひじき煮 白菜の胡麻酢和え 味噌汁 </div> </div>				<div> <div> 塩ラーメン 焼き餃子 棒棒鶏風サラダ ライチゼリー </div> </div>				<div> <div> ごはん アジ塩焼き わかめとキャベツの甘酢和え 大根煮 味噌汁 カルシウムふりかけ </div>  </div>				<div> <div> ごはん 煮込みハンバーグ 春雨のシルバーサラダ やわらかプリン コンソメスープ </div> </div>				-
-	エネルギー	857kcal	蛋白質	18.4g	エネルギー	594kcal	蛋白質	30.0g	エネルギー	569kcal	蛋白質	24.3g	エネルギー	411kcal	蛋白質	21.5g	エネルギー	676kcal	蛋白質	18.0g	-
-	脂質	33.4g	炭水化物	119.0g	脂質	20.7g	炭水化物	70.9g	脂質	11.9g	炭水化物	91.7g	脂質	6.3g	炭水化物	64.9g	脂質	11.5g	炭水化物	122.6g	-
-	食塩	3.5g			食塩	3.0g			食塩	4.1g			食塩	3.5g			食塩	2.2g			-
11	12				13				14				15				16				17
-	<div> <div> ごはん スペイン風オムレツ マセドアンサラダ バニラパバロア コンソメスープ </div>  </div>				<div> <div> ごはん さばの味噌煮 野菜炒め すまし汁 カルシウムふりかけ </div>  </div>				<div> <div> ロールパン クラムチャウダー かぼちゃのサラダ オレンジゼリー </div> </div>				<div> <div> ごはん 鶏の照り焼き ブロッコリーのピーナッツ和え マカロニサラダ 味噌汁 </div> </div>				<div> <div> 麵紀行〈新潟県〉 イタリアン いも味噌 洋ナシゼリー スキー汁 </div>  </div>				-
-	エネルギー	610kcal	蛋白質	20.4g	エネルギー	534kcal	蛋白質	17.9g	エネルギー	559kcal	蛋白質	15.6g	エネルギー	586kcal	蛋白質	24.0g	エネルギー	585kcal	蛋白質	20.7g	-
-	脂質	23.3g	炭水化物	76.0g	脂質	19.9g	炭水化物	66.9g	脂質	19.7g	炭水化物	80.5g	脂質	24.3g	炭水化物	64.8g	脂質	14.1g	炭水化物	91.0g	-
-	食塩	1.7g			食塩	3.6g			食塩	2.2g			食塩	2.6g			食塩	5.2g			-
18	19				20				21				22				23				24
-	<div> <div> ごはん 白身フライとクリームコロッケ ブロッコリーのサラダ 青りんごゼリー コンソメスープ </div> </div>				<div> <div> 肉うどん 野菜かき揚げ ほうれん草の磯和え リンゴムース </div>  </div>				<div> <div> ごはん 赤魚の粕漬け焼き 厚揚げの含め煮 キャベツのからしマヨネーズ和え 味噌汁 カルシウムふりかけ </div>  </div>				<div> <div> ごはん 肉じゃが 切干大根の和え物 抹茶プリン 味噌汁 </div>  </div>				<div> <div> ごはん 回鍋肉 竹輪のカレー揚げ いんげん胡麻和え 中華スープ </div> </div>				-
-	エネルギー	596kcal	蛋白質	16.9g	エネルギー	544kcal	蛋白質	23.2g	エネルギー	519kcal	蛋白質	22.6g	エネルギー	541kcal	蛋白質	21.2g	エネルギー	506kcal	蛋白質	23.7g	-
-	脂質	18.1g	炭水化物	89.2g	脂質	14.0g	炭水化物	82.2g	脂質	11.4g	炭水化物	75.6g	脂質	11.5g	炭水化物	85.9g	脂質	14.0g	炭水化物	69.2g	-
-	食塩	2.2g			食塩	3.4g			食塩	3.4g			食塩	2.9g			食塩	2.2g			-
25	26				27				28				29				30				31
-	<div> <div> ロールパン ポークビーンズ（三ツ境支援学校レシピ） ツナサラダ イチゴムース </div> </div>				<div> <div> ごはん 鶏肉の塩レモン焼き 大根のカニあんかけ ほうれん草のおかか和え 味噌汁 </div> </div>				<div> <div> ごはん 八宝菜 春巻き ナムル かきたま汁 </div>  </div>				<div> <div> けんちんそば サバとレンコンの酢味噌和え サツマイモレモン煮 抹茶水ようかん </div> </div>				<div> <div> ドライカレー 温野菜マリネ イチゴゼリー コンソメスープ </div> </div>				-
-	エネルギー	562kcal	蛋白質	24.6g	エネルギー	527kcal	蛋白質	23.2g	エネルギー	521kcal	蛋白質	21.0g	エネルギー	711kcal	蛋白質	26.1g	エネルギー	532kcal	蛋白質	20.4g	-
-	脂質	18.0g	炭水化物	75.5g	脂質	15.8g	炭水化物	68.6g	脂質	17.7g	炭水化物	6.8g	脂質	12.2g	炭水化物	124.2g	脂質	16.2g	炭水化物	74.1g	-
-	食塩	2.1g			食塩	3.2g			食塩	2.9g			食塩	2.4g			食塩	2.4g			-