

	4月 1 日 月曜日	4月 2 日 火曜日	4月 3 日 水曜日	4月 4 日 木曜日	4月 5 日 金曜日	4月 6 日 土曜日	4月 7 日 日曜日
朝食	ごはん みそ汁 焼ウインナー 里芋と鶏肉の旨煮 ふりかけ	ほうれん草パン レタススープ プチえびグラタン リヨネーズポテト	ごはん みそ汁 肉団子のケチャップ煮 野菜ソテー 漬物	ごはん みそ汁 納豆 かぼちゃの甘煮 青菜の煮浸し 焼きのり	ごはん みそ汁 ごぼう巻きの煮付け おろし和え ふりかけ	ごはん みそ汁 焼き鳥缶の和え物 卵の花炒り 漬物	ごはん みそ汁 納豆 凍り豆腐の煮付け 焼きのり
	エネルギー 583 たんぱく 17.95 脂質 15.4 炭水化物 91.2 カルシウム 119 食塩相当 3.15	エネルギー 372 たんぱく 13.01 脂質 12.4 炭水化物 54.6 カルシウム 102 食塩相当 2.77	エネルギー 625 たんぱく 18.62 脂質 16.8 炭水化物 97.1 カルシウム 118 食塩相当 3.43	エネルギー 521 たんぱく 19.85 脂質 5.7 炭水化物 96.8 カルシウム 163 食塩相当 3.01	エネルギー 489 たんぱく 17.93 脂質 4.2 炭水化物 111.8 カルシウム 137 食塩相当 3.93	エネルギー 512 たんぱく 21.05 脂質 7.2 炭水化物 88.6 カルシウム 138 食塩相当 4.02	エネルギー 513 たんぱく 19.73 脂質 8.1 炭水化物 97.7 カルシウム 132 食塩相当 2.16
昼食	シーフードピラフ チキンナゲット 付け合せ野菜 かぼちゃサラダ 果物	ごはん 魚の味噌煮 鶏こま煮 菜の花サラダ 果物	カツカレー 福神漬 野菜サラダ ジョア	スパゲティミートソー わかめスープ 盛り合わせサラダ 果物	チーズパン 牛乳 鶏肉の唐揚げ 添 野菜 マセドアンサラダ 果物	ごはん 豚肉の削りかつお節焼 添 アスパラガス 切り干し大根の炒り煮 チンゲンサイゆず風味 果物	ごはん 天ぷら 天つゆ ごぼうの炒り煮 からし和え 果物
	エネルギー 715 たんぱく 29.83 脂質 26.1 炭水化物 156.1 カルシウム 136 食塩相当 3.35	エネルギー 616 たんぱく 27.54 脂質 12.5 炭水化物 95.7 カルシウム 163 食塩相当 2.24	エネルギー 827 たんぱく 29.16 脂質 22.0 炭水化物 130.8 カルシウム 360 食塩相当 4.83	エネルギー 643 たんぱく 25.75 脂質 19.6 炭水化物 112.9 カルシウム 142 食塩相当 3.80	エネルギー 678 たんぱく 35.61 脂質 30.1 炭水化物 73.7 カルシウム 349 食塩相当 2.97	エネルギー 574 たんぱく 24.78 脂質 9.0 炭水化物 103.8 カルシウム 129 食塩相当 1.95	エネルギー 646 たんぱく 24.37 脂質 15.0 炭水化物 103.9 カルシウム 159 食塩相当 2.59
夕食	ごはん 麻婆豆腐 さつまいものりんご煮 ほうれん草の磯和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 たこやき	ごはん 豚肉の和風ソテー なすのみそ炒め しらす和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 ワッフル	山菜ごはん 照焼魚 筍の煮物 お浸し 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 グレーゼリー	ごはん 揚げ春巻きの五目あん 里芋の煮物 ゆかり和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 ホットケーキ	ごはん ベーコン入り卵焼き れんこんのゴマ煮 長芋の酢の物 果物 ・・・おやつ・・・ ヨーヒー牛乳 おかし	ごはん ムニエルクリームソー 春野菜の煮物 ミモザサラダ 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 どら焼き	ごはん 豚肉の梅風味焼 さつまいもの煮物 ドレッシング和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 エクレア
	エネルギー 933 たんぱく 33.05 脂質 24.0 炭水化物 147.6 カルシウム 497 食塩相当 3.98	エネルギー 908 たんぱく 37.51 脂質 29.8 炭水化物 117.9 カルシウム 382 食塩相当 3.05	エネルギー 766 たんぱく 31.22 脂質 13.0 炭水化物 176.5 カルシウム 431 食塩相当 3.29	エネルギー 958 たんぱく 28.46 脂質 19.9 炭水化物 164.3 カルシウム 396 食塩相当 3.62	エネルギー 880 たんぱく 24.32 脂質 26.3 炭水化物 133.6 カルシウム 273 食塩相当 3.14	エネルギー 941 たんぱく 37.13 脂質 24.6 炭水化物 158.3 カルシウム 344 食塩相当 2.47	エネルギー 849 たんぱく 32.65 脂質 20.8 炭水化物 148.2 カルシウム 313 食塩相当 1.66
一日合計成分値	エネルギー 2231 たんぱく 80.83 脂質 65.5 炭水化物 394.9 カルシウム 752 食塩相当 10.48	エネルギー 1896 たんぱく 78.06 脂質 54.7 炭水化物 268.2 カルシウム 647 食塩相当 8.06	エネルギー 2218 たんぱく 79.00 脂質 51.8 炭水化物 404.4 カルシウム 909 食塩相当 11.55	エネルギー 2122 たんぱく 74.06 脂質 45.2 炭水化物 374.0 カルシウム 701 食塩相当 10.43	エネルギー 2047 たんぱく 77.86 脂質 60.6 炭水化物 319.1 カルシウム 759 食塩相当 10.04	エネルギー 2027 たんぱく 82.96 脂質 40.8 炭水化物 350.7 カルシウム 611 食塩相当 8.44	エネルギー 2008 たんぱく 76.75 脂質 43.9 炭水化物 349.8 カルシウム 604 食塩相当 6.41

常食 B		南大立表				19.03.04		EKKH950		[ / ]				
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		4月14日 日曜日		
朝食	ごはん みそ汁 厚揚げのみそ炒め きゅうりもみ ふりかけ	食パン ミネストローネスープ ミニハンバーグ ブロッコリーサラダ	ごはん みそ汁 卵とじ アーモンド和え 漬物	ごはん みそ汁 納豆 大根の薄くず煮 お浸し 焼きのり	ごはん みそ汁 酒蒸し 青梗菜ソテー 金時豆煮 ふりかけ	ごはん みそ汁 焼きハム 添 ブロッコリーソテー しょうゆフレンチ 漬物	ごはん みそ汁 鯛の梅煮 煮浸し マヨネーズ和え	エネルギー 517 たんぱく 18.47 脂質 9.1 炭水化物 87.1 カルシウム 174 食塩相当 2.93	エネルギー 600 たんぱく 20.96 脂質 35.1 炭水化物 61.9 カルシウム 79 食塩相当 3.76	エネルギー 501 たんぱく 15.88 脂質 6.9 炭水化物 100.4 カルシウム 102 食塩相当 3.51	エネルギー 529 たんぱく 21.88 脂質 7.9 炭水化物 92.3 カルシウム 262 食塩相当 2.63	エネルギー 522 たんぱく 15.98 脂質 5.0 炭水化物 99.7 カルシウム 93 食塩相当 3.28	エネルギー 517 たんぱく 17.42 脂質 12.5 炭水化物 81.4 カルシウム 117 食塩相当 3.94	エネルギー 560 たんぱく 21.31 脂質 14.4 炭水化物 89.4 カルシウム 271 食塩相当 2.43
	朝食	オムライス オニオンスープ チーズサラダ ソフール	ごはん 魚の生姜煮 じゃが芋の煮付け たらこスパゲティ 果物	ごはん フライ 茹でキャベツ ひじきの炒り煮 ドレッシング和え 果物	菜めし 鶏肉のホイル焼き きんぴら炒め いかのピーナツ和え 果物	はちみつパン 牛乳 あんかけ卵焼き リヨネーズポテト 和風サラダ 果物	ハヤシライス らっきょう漬 ツナサラダ 果物	ごはん オレンジ風味チキン 中華風煮 アスパラサラダ 果物	エネルギー 710 たんぱく 24.47 脂質 21.2 炭水化物 101.9 カルシウム 276 食塩相当 3.59	エネルギー 682 たんぱく 27.82 脂質 11.0 炭水化物 117.2 カルシウム 61 食塩相当 2.86	エネルギー 703 たんぱく 18.21 脂質 20.6 炭水化物 120.9 カルシウム 213 食塩相当 2.23	エネルギー 612 たんぱく 25.85 脂質 7.6 炭水化物 108.2 カルシウム 60 食塩相当 3.53	エネルギー 661 たんぱく 30.10 脂質 27.2 炭水化物 73.7 カルシウム 357 食塩相当 2.88	エネルギー 680 たんぱく 15.42 脂質 19.7 炭水化物 111.5 カルシウム 53 食塩相当 3.06
夕食	ごはん 魚のつけ焼き おろし 五目大豆 いんげんの和え物 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 あんみつ	ごはん 鶏肉のチーズ焼き 広東風野菜炒め 和え物 果物 ・・・おやつ・・・ イチゴオレ ババロア	ごはん ムニエルタルタルソー れんこんの煮付け ツナの酢の物 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 焼プリンタルト	煮込みうどん 茹豚のごまみそかけ 白菜の和え物 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 チョコパイ	ごはん 魚のマリネ 里芋の旨煮 青菜としめじの煮浸し 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 フルーツ牛乳 おかし	親子丼 けんちん汁 なめたけ和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 カスタードケーキ	ごはん 豚の香草焼き ごぼうの煮付け 海草サラダ 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 ブッセ	エネルギー 832 たんぱく 34.57 脂質 13.4 炭水化物 189.3 カルシウム 376 食塩相当 2.72	エネルギー 868 たんぱく 35.68 脂質 24.6 炭水化物 122.6 カルシウム 287 食塩相当 2.71	エネルギー 988 たんぱく 36.25 脂質 36.9 炭水化物 133.3 カルシウム 368 食塩相当 2.39	エネルギー 858 たんぱく 36.27 脂質 31.2 炭水化物 104.8 カルシウム 452 食塩相当 5.13	エネルギー 820 たんぱく 28.16 脂質 16.9 炭水化物 150.5 カルシウム 220 食塩相当 2.76	エネルギー 915 たんぱく 37.65 脂質 26.3 炭水化物 129.1 カルシウム 424 食塩相当 3.89	エネルギー 961 たんぱく 36.73 脂質 29.0 炭水化物 153.2 カルシウム 364 食塩相当 3.14
	一日合計成分値	エネルギー 2059 たんぱく 77.51 脂質 43.7 炭水化物 378.3 カルシウム 826 食塩相当 9.24	エネルギー 2150 たんぱく 84.46 脂質 70.7 炭水化物 301.7 カルシウム 427 食塩相当 9.33	エネルギー 2192 たんぱく 70.34 脂質 64.4 炭水化物 354.6 カルシウム 683 食塩相当 8.13	エネルギー 1999 たんぱく 84.00 脂質 46.7 炭水化物 305.3 カルシウム 774 食塩相当 11.29	エネルギー 2003 たんぱく 74.24 脂質 49.1 炭水化物 323.9 カルシウム 670 食塩相当 8.92	エネルギー 2112 たんぱく 70.49 脂質 58.5 炭水化物 322.0 カルシウム 594 食塩相当 10.89	エネルギー 2122 たんぱく 81.77 脂質 54.4 炭水化物 351.8 カルシウム 711 食塩相当 8.15						

常食 B		南大 立 表				19.03.04		EKKH950		[ / ]											
4月15日 月曜日		4月16日 火曜日		4月17日 水曜日		4月18日 木曜日		4月19日 金曜日		4月20日 土曜日		4月21日 日曜日									
朝食	ごはん みそ汁 はんぺんの照焼 野菜ソテー 菜の花しめじ和え	ミルクパン かぼちやのポタージュ 肉団子のケチャップ煮 ドレッシングかけ ゼリー	ごはん みそ汁 厚焼き卵 青菜の炒め煮 あさり佃煮	ごはん みそ汁 納豆 大根きんぴら しらす和え 焼きのり	ごはん みそ汁 ウインナソテー もやしの梅肉和え ふりかけ	ごはん みそ汁 焼き魚 マヨネーズ和え うずら豆煮	ごはん みそ汁 えびしんじょう ポテトソテー ソフトふき佃	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	487 17.29 6.6 88.6 166 3.91	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	465 21.21 15.5 61.4 119 2.56	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	556 22.62 8.8 94.1 325 4.93	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	534 19.18 7.2 97.2 201 2.50	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	540 16.59 15.8 82.1 124 3.01	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	529 22.19 11.7 89.0 68 2.44	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	564 15.98 12.9 111.1 103 2.99
	朝食	ごはん すきやき風煮 かぼちやの含め煮 オーロラソース和え 果物	パセリライス ビーフストロガノフ きのこソテー 茹で野菜のサラダ 果物	ごはん ハンバーグおろしソー 茹で野菜 ビーフソテー フレーク和え 果物	焼きそば チンゲンサイのスープ 甘酢和え 杏仁豆腐	キャロットパン 牛乳 ほたてグラタン ジュリアンサラダ オレンジゼリー	ごはん 蒸鶏バンバンジーソー 添 せん切りきゅうり さつま芋の旨煮 中華風サラダ 果物	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	630 24.61 13.6 106.9 168 2.31	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	570 20.42 9.3 99.7 53 2.10	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	828 29.01 31.5 150.7 81 2.92	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	631 19.85 18.4 94.6 185 4.05	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	612 30.83 19.2 80.2 393 3.42	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	628 24.54 7.8 120.6 230 2.98	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	651 28.73 16.9 91.1 116 2.05
夕食	ごはん 青椒牛肉絲 蒸しなすの生姜醤油 しその実和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 ワッフル	ごはん 焼き魚 福袋煮 キャベツのおかか和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 ドーナツ	ごはん 揚豆腐の五目あんかけ 肉じゃが きゅうりの酢の物 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 小袋菓子	ごはん 魚の味噌マヨ焼き 牛肉と茹で卵の煮しめ 野菜サラダ 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 クレープ	カレーライス 福神漬 シーフードサラダ 果物 ・・・おやつ・・・ りんごジュース おかし	ごはん 煮かつ 刻み昆布の炒り煮 ごまよごし 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 お好み焼き	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	805 28.51 23.9 115.5 299 2.45	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	903 31.43 34.1 137.0 347 2.68	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	969 33.74 26.5 145.4 439 3.03	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	921 42.95 32.6 129.6 334 2.96	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	930 29.38 23.3 152.3 133 4.68	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	984 42.09 30.3 190.1 377 4.54	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	903 31.38 27.8 147.4 342 3.09	
	一日合計成分値	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	1922 70.41 44.1 311.0 633 8.67	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	1938 73.06 58.9 298.1 519 7.34	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2353 85.37 66.8 390.2 845 10.88	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2086 81.98 58.2 321.4 720 9.51	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2082 76.80 58.3 314.6 650 11.11	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2141 88.82 49.8 399.7 675 9.96	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2118 76.09 57.6 349.6 561 8.13						

常食 B		南大立表				19.03.04		EKKH950		[ / ]											
4月22日 月曜日		4月23日 火曜日		4月24日 水曜日		4月25日 木曜日		4月26日 金曜日		4月27日 土曜日		4月28日 日曜日									
朝食	ごはん みそ汁 ソフトいなり煮付け 野菜炒め ふりかけ	パンPKンパン ほうれん草スープ ミートボール 和風サラダ	ごはん みそ汁 卵焼き はんぺんの含め煮 ブロッコリーサラダ	ごはん みそ汁 チーズちくわ お浸し さつま芋甘煮	ごはん みそ汁 焼き魚 かぼちゃのソテー 菜の花ごま和え	ごはん みそ汁 納豆 ツナの甘辛煮 トマト 焼きのり	ごはん みそ汁 卵豆腐 大根の煮付け 梅干し	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	575 21.75 12.5 92.2 204 3.80	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	342 15.72 9.4 124.5 101 3.78	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	543 20.14 10.7 108.2 102 3.55	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	557 19.65 6.6 102.2 140 2.60	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	503 20.00 8.0 102.7 137 2.93	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	512 18.40 8.8 88.7 125 2.10	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	450 14.96 4.9 84.9 108 4.10
	昼食	ハヤシライス らっきょう漬 ポテトサラダ 果物	ごはん 魚のカレー衣揚げ 里芋の旨煮 はるさめの和え物 果物	ごはん 鶏肉の唐揚げ 凍り豆腐の含め煮 たらこ和え 果物	筍ごはん すまし汁 豚肉の風味焼 白菜の和え物 果物	ミルクパン 牛乳 豆腐ハンバーグ 添野菜 和風サラダ 果物	五目ちらし すまし汁 筑前煮 果物	ごはん 豚肉のトマトソース 中華野菜炒め 錦糸かけ ソフール	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	704 16.74 23.8 117.7 57 3.47	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	669 22.55 15.5 124.6 70 1.69	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	687 29.47 18.5 118.8 125 2.38	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	542 25.01 7.8 93.2 76 3.80	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	602 30.64 23.4 67.9 416 2.99	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	603 20.51 5.9 134.0 141 3.93	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当
夕食		ごはん 飲茶盛り合わせ えびチリソース ドレッシング和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 おかし	ごはん 擬製豆腐 なすの香味炒め コールスローサラダ 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 スイートポテト	ごはん 魚の野菜あんかけ 肉じゃが たこの酢の物 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 オレンジゼリー	ごはん サーモンコロケ 厚揚げの洋風炒め煮 ピーナツ和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 肉まん	スパゲティミートソー 中華スープ シーザーサラダ 青りんごゼリー ・・・おやつ・・・ ヨーヒー牛乳 おかし	ごはん 煮魚 かぼちゃのそぼろ煮 かにの酢の物 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 プリン	ごはん 麻婆豆腐 五色和え れんこんの炒め煮 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 たこ焼き	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	1088 33.81 43.2 135.9 323 2.65	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	952 32.05 28.9 138.0 429 2.24	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	868 40.35 17.6 142.6 310 3.16	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	1055 38.26 31.6 151.2 482 3.04	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	885 32.12 26.3 148.0 323 3.93	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	802 39.07 14.7 124.1 426 3.25	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当
	一日合計成分値	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2367 72.30 79.5 345.8 584 9.92	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	1963 70.32 53.8 387.1 600 7.71	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2098 89.96 46.8 369.6 537 9.09	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2154 82.92 46.0 346.6 698 9.44	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	1990 82.76 57.7 318.6 876 9.85	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	1917 77.98 29.4 346.8 692 9.28	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 カルシウム 食塩相当	2175 81.74 59.3 322.3 884 11.28						

	4月29日 月曜日	4月30日 火曜日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
朝食	ごはん みそ汁 ハンバーグ ふかし芋 おろし和え ふりかけ	ごはん みそ汁 厚揚げの煮付け ピーナツ和え 焼きのり					
	エネルギー 583 たんぱく 16.96 脂質 11.8 炭水化物 102.2 カルシウム 68 食塩相当 3.66	エネルギー 485 たんぱく 15.37 脂質 8.6 炭水化物 84.8 カルシウム 195 食塩相当 2.30					
昼食	ごはん 魚の竜田揚げ かぼちやの煮物 ミモザサラダ 果物	クリームソーススパゲ さつま芋のオレンジ煮 コールスローサラダ 果物					
	エネルギー 746 たんぱく 29.98 脂質 23.2 炭水化物 118.3 カルシウム 117 食塩相当 2.25	エネルギー 811 たんぱく 24.29 脂質 22.3 炭水化物 125.2 カルシウム 190 食塩相当 3.39					
夕食	ごはん 八宝菜 蒸しゅうまい ほうれん草の磯和え 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 エクレア	ごはん 千草焼き 添 野菜ソテー 里芋の旨煮 ささみの和え物 果物 ・・・おやつ・・・ 牛乳 ホットケーキ					
	エネルギー 814 たんぱく 31.46 脂質 21.8 炭水化物 122.3 カルシウム 367 食塩相当 2.32	エネルギー 926 たんぱく 38.56 脂質 21.4 炭水化物 161.4 カルシウム 399 食塩相当 2.57					
一日合計成分値	エネルギー 2143 たんぱく 78.40 脂質 56.8 炭水化物 342.8 カルシウム 552 食塩相当 8.23	エネルギー 2222 たんぱく 78.22 脂質 52.3 炭水化物 371.4 カルシウム 784 食塩相当 8.26					