

通所献立表

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日		
2日	☆桜花膳☆ 桜散らし寿司		3日	御飯 銀だらの照り焼き		4日	御飯 豚肉の生姜焼き		5日	御飯 煮込みハンバーグ		6日	御飯 鮭の塩焼き	
エネルギー	584	Kcal	エネルギー	576	Kcal	エネルギー	619	Kcal	エネルギー	630	Kcal	エネルギー	606	Kcal
タンパク	27.9	g	タンパク	26.7	g	タンパク	24.8	g	タンパク	20.2	g	タンパク	28.1	g
脂質	9.9	g	脂質	16.5	g	脂質	17.6	g	脂質	18.3	g	脂質	17.3	g
塩分	2.9	g	塩分	2.6	g	塩分	2.5	g	塩分	2.2	g	塩分	2.9	g
おやつ	練りきり		おやつ	カステラプディング		おやつ	キャラメルムース		おやつ	栗蒸しようかん		おやつ	オレンジケーキ	
	172 Kcal			192 Kcal			183 Kcal			165 Kcal			150 Kcal	
9日	御飯 鶏肉の柚庵焼き		10日	御飯 鯖の味噌煮		11日	カツ丼 白和え		12日	御飯 コロッケ2種		13日	御飯 スパニッシュオムレツ	
エネルギー	607	Kcal	エネルギー	656	Kcal	エネルギー	604	Kcal	エネルギー	581	Kcal	エネルギー	642	Kcal
タンパク	26.3	g	タンパク	26.1	g	タンパク	23.2	g	タンパク	17.9	g	タンパク	20.9	g
脂質	16.0	g	脂質	23.4	g	脂質	14.0	g	脂質	6.4	g	脂質	23.2	g
塩分	2.6	g	塩分	2.7	g	塩分	2.9	g	塩分	2.9	g	塩分	2.8	g
おやつ	スイートポテト		おやつ	りんごゼリー		おやつ	ヨーグルトパフェ		おやつ	柚子レアチーズ		おやつ	かぼちゃプリン	
	178 Kcal			98 Kcal			153 Kcal			181 Kcal			135 Kcal	
16日	御飯 鱈の南蛮漬		17日	峠の釜飯風 根菜の煮物		18日	御飯 鯖の西京焼き		19日	御飯 鶏の照り焼き		20日	御飯 春野菜の天ぷら	
エネルギー	578	Kcal	エネルギー	572	Kcal	エネルギー	533	Kcal	エネルギー	583	Kcal	エネルギー	650	Kcal
タンパク	25.6	g	タンパク	21.6	g	タンパク	22.6	g	タンパク	30.5	g	タンパク	20.2	g
脂質	14.0	g	脂質	11.5	g	脂質	8.2	g	脂質	14.8	g	脂質	22.2	g
塩分	2.7	g	塩分	2.9	g	塩分	2.6	g	塩分	2.9	g	塩分	2.6	g
おやつ	浮島		おやつ	いちごムース		おやつ	チーズケーキ		おやつ	抹茶パフェ		おやつ	白桃ゼリー	
	223 Kcal			181 Kcal			274 Kcal			179 Kcal			102 Kcal	
23日	御飯 鶏肉のラビゴットソースがけ		24日	御飯 麻婆豆腐		25日	御飯 白身魚のもと焼き		26日	鴨南蛮そば		27日	☆熊本県郷土料理☆	
エネルギー	558	Kcal	エネルギー	545	Kcal	エネルギー	602	Kcal	エネルギー	708	Kcal	エネルギー	595	Kcal
タンパク	25.1	g	タンパク	30.3	g	タンパク	23.6	g	タンパク	24.8	g	タンパク	24.6	g
脂質	13.3	g	脂質	10.1	g	脂質	16.7	g	脂質	22.1	g	脂質	13.4	g
塩分	2.6	g	塩分	2.8	g	塩分	2.7	g	塩分	2.7	g	塩分	2.7	g
おやつ	バナナケーキ		おやつ	どら焼き		おやつ	りんごと栗のケーキ		おやつ	ぶどうゼリー		おやつ	豆乳レアケーキ	
	240 Kcal			135 Kcal			196 Kcal			73 Kcal			199 Kcal	
30日	御飯 鱈の塩焼き		 <p>*暖かい季節となってまいりました* 4月は旧暦で『卯月（うづき）』と呼び、卯の花が咲く月『卯の花月』を略したものや、十二支の四番目が卯であるから『卯月』と呼ぶなど様々な説があります。 2日に桜花膳、27日に熊本県郷土料理を予定しております。</p>											
エネルギー	573	Kcal												
タンパク	25.2	g												
脂質	16.5	g												
塩分	2.5	g												
おやつ	ヨーグルトムース													
	178 Kcal													

※材料等によりメニューが変更する事がありますのでご了承下さい。