予定献立表

このみ園

	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	ごはん（麦）	ごはん（麦）	ごはん（麦）	ごはん（麦）	ごはん（麦）	ごはん（麦）	ごはん（麦）
	チンゲン菜のフレーク煮	豚肉と糸昆布の煮物	ハムエッグ	金平ごぼう	里芋と鶏の煮付け	切干大根の煮物	ハムと野菜の炒り卵
	納豆	ふりかけ	しそ昆布	たくあん漬け	ふりかけ	梅干	きゅうり漬け
	みそ汁（なす）	みそ汁（キャベツ）	みそ汁（もやし）	みそ汁（豆腐・玉ねぎ）	みそ汁（キャベツ）	みそ汁（かぼちゃ）	ポトフ風
昼	おにぎり	ごはん（麦）	エビピラフ	ごはん（麦）	ミートドリア	ごはん（麦）	ハヤシライス
	目玉焼きそば	チキン南蛮	ポテトコロッケ	オムレツ	スパサラダ	サバのごまみそ焼き	チキンサラダ
	切干大根の洋風煮	里芋の煮付け	マカロニサラダ	ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳとひじきのおかかサラダ	巣ごもり卵	豚肉とじゃがいもの煮物	フルーツポンチ
	オレンジ	春雨サラダ	牛乳	かぼちゃのそぼろ煮	キウイ	小松菜のかわり和え	牛乳
	牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	
夕	ごはん	ごはん	中華丼	ごはん	ゆかりごはん	ひじきごはん	ごはん（麦）
	豚肉のねぎだれ焼き	魚のフライ	焼き餃子	鶏肉の山賊焼き	鮭ハンバーグ	豆腐ステーキ肉野菜あんかけ	カレイの煮付け
	豆腐サラダ	チンゲン菜のしらす和え	小松菜の中華和え	レンコンサラダ	信田和え	ほうれん草のツナマヨ和え	なすの味噌炒め
	かぼちゃのごま炒め	鶏とじゃがいもの煮物	キャベツときのこのスープ	白菜とがんもの煮物	なすのケチャップ煮	大根汁	かぼちゃサラダ
	わかめスープ	トマト入り卵スープ		もずく汁	野菜ジュース	牛乳寒	豆腐のうすくず汁
おやつ	マドレーヌ	ショートケーキ	チョコデニッシュ	ベリームース	のむヨーグルト	バナナ	エクレア
	ジョア	あんぱんまんジュース	乳酸菌飲料	りんごジュース	プリン	ヨーグルト	のむヨーグルト
熱量	2,018 kcal	2,149 kcal	2,239 kcal	2,144 kcal	2,112 kcal	2,023 kcal	2,121 kcal
蛋白	80.9 g	83.8 g	83 g	89.8 g	82.2 g	81.7 g	88.4 g
		リクエストメニュー ときわエリア（おやつ・夕）					