予定献立表

このみ園

	4月28日	4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日	5月4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）	食パン	ごはん（麦）	ごはん（麦）
	切干大根の煮物	ひじきの炒め煮	豚肉と糸昆布の煮物	野菜炒め	ハムエッグ	けんちょう	にんじんしりしり
	梅干	味付納豆	ふりかけ	味付けのり	野菜スープ	野沢菜ちりめん	うぐいす豆
	みそ汁（さつま芋）	みそ汁（じゃがいも）	みそ汁（かぼちゃ）	みそ汁（里芋）	飲むヨーグルト	みそ汁（じゃがいも）	みそ汁（大根）
昼	ごはん（麦）	おにぎり	焼き豚チャーハン	ごはん（麦）	ハヤシライス	カツ丼	タコライス
	照り焼きハンバーグ	焼きそば	豆腐サラダ	白身魚のピカタ	サラダチキン	ﾚﾀｽと黄ピーマンのおかかサラダ	カニフレークのサラダ
	ほうれん草サラダ	小松菜のおかか和え	チンゲン菜の中華炒め	春雨サラダ	バナナ	かぼちゃのごま炒め	フルーツポンチ
	里芋の煮付け	バナナ	オレンジ	かぼちゃと豚肉の煮物	牛乳	牛乳	牛乳
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
夕	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	洋風ちらし寿司	ごはん
	たらのチーズ焼き	鶏のコチュマヨ焼き	さばの山椒揚げ	鶏のゆかりパン粉焼き	酢豚	たらのバター焼き	鶏肉のレモン焼き
	コールスローサラダ	野菜サラダ	なすとピーマンのそぼろ煮	もやしのナムル	小松菜のめんたい和え	オーロラサラダ	なすの煮物
	高野豆腐とちくわの煮物	ビーフン炒め	ビーンズサラダ	小松菜とあさりの炒め煮	かきたまスープ	わかめスープ	小松菜の和風サラダ
	みそ汁（ほうれん草）	白菜とベーコンのスープ	そうめん汁	中華スープ	やわらか杏仁	お茶プリン	豆腐スープ
おやつ	かぼちゃのプリン	ドーナツ	バニラムース	お菓子	キャラメルクリームどら焼き	ヨーグルト	プリン
	乳酸菌飲料	ヨーグルト	アップルパイ	ジョア	乳酸菌飲料	キウイフルーツ	ドーナツ
熱量	1,996 kcal	2,045kcal	2,079 kcal	2,012 kcal	2,265 kcal	2,125 kcal	2,145 kcal
蛋白	80.3 g	83.1 g	82.7 g	82.0 g	91.3 g	88.1 g	80.6 g