

東が丘ホーム 4月献立表

	3月31日(月)	4月1日(火)	4月2日(水)	4月3日(木)	4月4日(金)	4月5日(土)	4月6日(日)
朝食	食パン(6枚切り) ジャム クラムチャウダー 牛乳 フルーツ缶(みかん) エネルギー:472kcal タンパク:17.8g 脂質:11.9g カルシウム:364mg 食塩相:2.5g	食パン(6枚切り) ジャム ポテトサラダ 牛乳 フルーツ缶(カクテル) エネルギー:511kcal タンパク:13.6g 脂質:17.9g カルシウム:256mg 食塩相:1.2g	食パン(6枚切り) ジャム 魚肉ソーゼージと野菜のトマトソテー コーヒー牛乳 フルーツ缶(みかん) エネルギー:474kcal タンパク:14.9g 脂質:10.5g カルシウム:398mg 食塩相:1.9g	御飯 大根とがんもどきの煮物 昆布豆 味噌汁(麩・玉葱) エネルギー:451kcal タンパク:15.4g 脂質:9.0g カルシウム:138mg 食塩相:2.8g	食パン(6枚切り) ジャム ウインナーソテー 牛乳 フルーツ缶(黄桃缶) エネルギー:479kcal タンパク:15.3g 脂質:17.3g カルシウム:275mg 食塩相:1.6g	食パン(6枚切り) ジャム 南瓜のコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶(カクテル) エネルギー:470kcal タンパク:15.5g 脂質:10.6g カルシウム:267mg 食塩相:2.5g	食パン(6枚切り) ジャム ハムと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶(みかん) エネルギー:467kcal タンパク:17.8g 脂質:14.3g カルシウム:270mg 食塩相:2.2g
昼食	けんちんそば 卵の花炒り煮 もやしの和え物 フルーツ缶(パイン) エネルギー:450kcal タンパク:20.1g 脂質:12.9g カルシウム:100mg 食塩相:3.0g	【花見御膳】 桜ちらし寿司 厚揚げの野菜あんかけ 味噌汁(麩・菜の花) フルーツ缶(洋なし) エネルギー:491kcal タンパク:19.7g 脂質:9.0g カルシウム:216mg 食塩相:2.8g	御飯 松風焼き 隠元の和えもの すまし汁(若布・えのき) フルーツ缶(パイン) エネルギー:483kcal タンパク:20.9g 脂質:10.6g カルシウム:162mg 食塩相:2.2g	ろース焼きそば わかめサラダ たまごスープ フルーツ缶(白桃缶) エネルギー:484kcal タンパク:17.3g 脂質:12.3g カルシウム:111mg 食塩相:4.5g	御飯 たらの味噌マヨネーズ焼 バンバンジー風サラダ 味噌汁(しろ菜・たまねぎ) フルーツヨーグルト エネルギー:550kcal タンパク:25.1g 脂質:16.2g カルシウム:258mg 食塩相:3.1g	御飯 豆腐と野菜の揚げだし 筍の土佐煮 味噌汁(白菜・玉葱) フルーツ缶(洋なし) エネルギー:469kcal タンパク:11.8g 脂質:12.5g カルシウム:114mg 食塩相:2.0g	御飯 厚揚げの五目炒め ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(もやし・大根葉) フルーツ缶(白桃缶) エネルギー:504kcal タンパク:19.1g 脂質:14.9g カルシウム:344mg 食塩相:3.1g
おやつ	ブドウムース エネルギー:48kcal タンパク:1.1g 脂質:0.2g カルシウム:64mg 食塩相:0.2g			チョコレート エネルギー:62kcal タンパク:0.8g 脂質:3.6g カルシウム:0mg 食塩相:0.0g		せんべい エネルギー:49kcal タンパク:0.5g 脂質:0.1g カルシウム:65mg 食塩相:0.2g	
夕食	御飯 豚肉と茄子の味噌炒め おくらのゆかり和え すまし汁(高野豆腐・葱) エネルギー:505kcal タンパク:16.6g 脂質:21.2g カルシウム:148mg 食塩相:1.9g	御飯 豚肉の味噌炒め 白菜サラダ すまし汁(高野豆腐・ネギ) エネルギー:459kcal タンパク:14.9g 脂質:17.0g カルシウム:111mg 食塩相:1.9g	御飯 豚肉の生姜焼き もやしとツナの和え物 味噌汁(さつま芋・大根葉) エネルギー:501kcal タンパク:18.9g 脂質:18.1g カルシウム:138mg 食塩相:3.2g	御飯 つくね焼 ひじきサラダ 赤だし(ごぼう・大根葉) エネルギー:449kcal タンパク:15.8g 脂質:12.2g カルシウム:157mg 食塩相:2.8g	御飯 ハンバーグ 野菜あんかけ 春雨サラダ 味噌汁(麩・大根葉) エネルギー:423kcal タンパク:13.7g 脂質:9.0g カルシウム:233mg 食塩相:3.0g	御飯 筑前煮 小松菜の和え物 味噌汁(キャベツ・高野豆腐) エネルギー:463kcal タンパク:19.8g 脂質:12.3g カルシウム:208mg 食塩相:2.8g	御飯 ミートボールシチュー コールスローサラダ たまごスープ エネルギー:479kcal タンパク:14.7g 脂質:10.1g カルシウム:206mg 食塩相:3.2g
日計	エネルギー:1475kcal タンパク:55.6g 脂質:46.2g カルシウム:676mg 食塩相:7.6g	エネルギー:1461kcal タンパク:48.2g 脂質:43.9g カルシウム:583mg 食塩相:5.9g	エネルギー:1458kcal タンパク:54.7g 脂質:39.2g カルシウム:698mg 食塩相:7.3g	エネルギー:1446kcal タンパク:49.3g 脂質:37.1g カルシウム:406mg 食塩相:10.0g	エネルギー:1452kcal タンパク:54.1g 脂質:42.5g カルシウム:766mg 食塩相:7.7g	エネルギー:1451kcal タンパク:47.6g 脂質:35.5g カルシウム:654mg 食塩相:7.5g	エネルギー:1450kcal タンパク:51.6g 脂質:39.3g カルシウム:820mg 食塩相:8.5g

	4月7日(月)	4月8日(火)	4月9日(水)	4月10日(木)	4月11日(金)	4月12日(土)	4月13日(日)
朝食	あんパン ミートオムレツ 牛乳 フルーツ缶(黄桃缶)	食パン(6枚切り) ジャム 蒸し鶏とブロッコリーのサラダ 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム スクランブルエッグ 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	御飯 お魚とうふ揚げの煮物 納豆 味噌汁(南瓜・玉葱)	食パン(6枚切り) ジャム 魚肉ソーゼージと野菜の炒めもの コーヒー牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム コーンクリーム煮 牛乳 フルーツ缶(黄桃缶)	食パン(6枚切り) ジャム 肉団子のコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶(カクテル)
	エネルギー:543kcal タンパク:18.1g 脂質:15.4g カルシウム:260mg 食塩相:1.2g	エネルギー:487kcal タンパク:23.5g 脂質:14.4g カルシウム:288mg 食塩相:2.2g	エネルギー:536kcal タンパク:16.7g 脂質:20.0g カルシウム:269mg 食塩相:1.7g	エネルギー:413kcal タンパク:15.3g 脂質:9.3g カルシウム:130mg 食塩相:2.5g	エネルギー:467kcal タンパク:14.6g 脂質:12.3g カルシウム:476mg 食塩相:1.9g	エネルギー:562kcal タンパク:17.6g 脂質:18.1g カルシウム:310mg 食塩相:2.6g	エネルギー:487kcal タンパク:16.2g 脂質:12.9g カルシウム:266mg 食塩相:2.0g
昼食	御飯 鱈の柚子香焼き ほうれん草の和え物 味噌汁(キャベツ・大根葉) フルーツ缶(パイン)	御飯 コロッケ わかめの酢の物 味噌汁(大根・ごぼう) フルーツ缶(パイン)	御飯 焼き肉(豚) 白菜の梅肉和え 味噌汁(キャベツ・ねぎ) フルーツ缶(洋なし)	御飯 鶏と大根のクリーム煮 コーンサラダ コンソメスープ(青梗菜・赤ピーマン) フルーツヨーグルト	御飯 厚揚げのあんかけ いんげんとツナのサラダ 味噌汁(大根・わかめ) フルーツ缶(白桃缶)	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き キャベツの柚子和え 味噌汁(ほうれん草・えのき) フルーツ缶(洋なし)	味噌ラーメン 焼売 春雨の中華サラダ フルーツ缶(パイン)
	エネルギー:415kcal タンパク:20.8g 脂質:5.4g カルシウム:219mg 食塩相:2.8g	エネルギー:549kcal タンパク:11.0g 脂質:12.8g カルシウム:118mg 食塩相:2.8g	エネルギー:493kcal タンパク:15.5g 脂質:14.9g カルシウム:132mg 食塩相:2.8g	エネルギー:536kcal タンパク:18.6g 脂質:13.3g カルシウム:283mg 食塩相:2.7g	エネルギー:554kcal タンパク:22.9g 脂質:19.7g カルシウム:309mg 食塩相:2.5g	エネルギー:447kcal タンパク:17.5g 脂質:10.5g カルシウム:132mg 食塩相:2.9g	エネルギー:578kcal タンパク:19.1g 脂質:21.5g カルシウム:70mg 食塩相:3.8g
おやつ	ココアプリン			抹茶プリン		ひとくちまんじゅう(ゆず)	
	エネルギー:67kcal タンパク:1.2g 脂質:1.6g カルシウム:182mg 食塩相:0.1g			エネルギー:52kcal タンパク:0.1g 脂質:0.1g カルシウム:116mg 食塩相:0.0g		エネルギー:53kcal タンパク:1.1g 脂質:0.1g カルシウム:200mg 食塩相:0.0g	
夕食	御飯 友禅豆腐 胡瓜ともやしの和え物 味噌汁(おくら・たまねぎ)	御飯 鶏肉の味噌マヨ焼き ほうれん草の和え物 すまし汁(麩・貝割れ)	御飯 鶏肉のにんにく醤油焼 菜の花の白和え 味噌汁(ほうれん草・麩)	御飯 厚揚げと根菜のそぼろあん 小松菜の和え物 味噌汁(わかめ・玉ねぎ)	御飯 ポークソテーオニオンソース 白菜のドレッシング和え コンソメスープ(菜の花・しめじ)	御飯 厚揚げのおろし煮 小松菜と竹輪の和え物 赤だし(里芋・絹さや)	御飯 たらの生姜煮 菜の花ともやしのおかか和え 味噌汁(玉葱・ごぼう)
	エネルギー:434kcal タンパク:13.8g 脂質:11.6g カルシウム:157mg 食塩相:2.8g	エネルギー:452kcal タンパク:17.5g 脂質:17.4g カルシウム:152mg 食塩相:2.2g	エネルギー:429kcal タンパク:19.5g 脂質:11.2g カルシウム:163mg 食塩相:2.4g	エネルギー:468kcal タンパク:19.4g 脂質:14.0g カルシウム:343mg 食塩相:2.5g	エネルギー:431kcal タンパク:14.8g 脂質:15.7g カルシウム:130mg 食塩相:2.0g	エネルギー:406kcal タンパク:15.9g 脂質:9.7g カルシウム:253mg 食塩相:2.4g	エネルギー:406kcal タンパク:19.7g 脂質:7.6g カルシウム:144mg 食塩相:2.6g
日計	エネルギー:1459kcal タンパク:53.9g 脂質:34.0g カルシウム:818mg 食塩相:6.8g	エネルギー:1488kcal タンパク:52.0g 脂質:44.6g カルシウム:558mg 食塩相:7.2g	エネルギー:1458kcal タンパク:51.7g 脂質:46.1g カルシウム:564mg 食塩相:6.9g	エネルギー:1469kcal タンパク:53.4g 脂質:36.7g カルシウム:872mg 食塩相:7.8g	エネルギー:1452kcal タンパク:52.3g 脂質:47.7g カルシウム:915mg 食塩相:6.4g	エネルギー:1468kcal タンパク:52.1g 脂質:38.4g カルシウム:895mg 食塩相:7.9g	エネルギー:1471kcal タンパク:55.0g 脂質:42.0g カルシウム:480mg 食塩相:8.4g

	4月14日(月)	4月15日(火)	4月16日(水)	4月17日(木)	4月18日(金)	4月19日(土)	4月20日(日)
朝食	バターロール ジャム チーズサラダ 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム 魚肉ソーセージのソテー 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム スクランブルエッグ 牛乳 フルーツ缶(黄桃缶)	御飯 里芋の煮物 昆布豆 味噌汁(もやし・切干大根)	食パン(6枚切り) ジャム 魚肉ソーセージと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム ミートオムレツ コーヒー牛乳 フルーツ缶(パイン)	食パン(6枚切り) ジャム 魚肉ソーセージのクリーム煮 牛乳 フルーツ缶(カクテル)
	エネルギー:546kcal タンパク:16.6g 脂質:19.6g カルシウム:348mg 食塩相:1.6g	エネルギー:449kcal タンパク:14.8g 脂質:12.8g カルシウム:416mg 食塩相:2.3g	エネルギー:538kcal タンパク:16.3g 脂質:21.4g カルシウム:265mg 食塩相:1.6g	エネルギー:453kcal タンパク:16.7g 脂質:5.1g カルシウム:164mg 食塩相:3.2g	エネルギー:442kcal タンパク:15.9g 脂質:12.4g カルシウム:459mg 食塩相:1.9g	エネルギー:464kcal タンパク:16.2g 脂質:12.2g カルシウム:259mg 食塩相:1.8g	エネルギー:492kcal タンパク:15.7g 脂質:12.3g カルシウム:414mg 食塩相:2.1g
昼食	御飯 すき焼き煮(豚肉) 大根の甘酢和え すまし汁(麩・貝割れ) フルーツヨーグルト	わかめ御飯 さばの塩焼き ちんげん菜のわさび和え 味噌汁(キャベツ・ごぼう) フルーツ缶(白桃缶)	御飯 白身魚フライ いんげんのサラダ 味噌汁(白菜・大根葉) フルーツ缶(パイン)	マカロニグラタン(かに風味) キャベツサラダ コンソメスープ(豆腐・青ネギ) フルーツヨーグルト	御飯 豚しゃぶ マカロニサラダ 味噌汁(大根・大根葉) フルーツ缶(洋なし)	山菜そば 五目大豆煮 菜の花の和えもの フルーツ缶(白桃缶)	御飯 鱈の梅風味焼き ほうれん草の和え物 味噌汁(大根・ねぎ) フルーツ缶(パイン)
	エネルギー:500kcal タンパク:17.8g 脂質:12.4g カルシウム:259mg 食塩相:2.5g	エネルギー:509kcal タンパク:17.3g 脂質:17.3g カルシウム:165mg 食塩相:3.1g	エネルギー:463kcal タンパク:13.2g 脂質:9.9g カルシウム:176mg 食塩相:2.4g	エネルギー:538kcal タンパク:18.1g 脂質:17.8g カルシウム:232mg 食塩相:3.5g	エネルギー:550kcal タンパク:16.7g 脂質:19.6g カルシウム:116mg 食塩相:3.0g	エネルギー:384kcal タンパク:17.0g 脂質:6.1g カルシウム:122mg 食塩相:3.3g	エネルギー:443kcal タンパク:18.4g 脂質:9.4g カルシウム:146mg 食塩相:2.9g
おやつ	バナナムース			白あん饅頭		ロールケーキ	
	エネルギー:37kcal タンパク:1.0g 脂質:0.2g カルシウム:55mg 食塩相:0.2g			エネルギー:59kcal タンパク:1.1g 脂質:0.1g カルシウム:200mg 食塩相:0.1g		エネルギー:106kcal タンパク:1.4g 脂質:4.7g カルシウム:0mg 食塩相:0.1g	
夕食	御飯 ロールキャベツのトマト煮 ツナと野菜のサラダ コンソメスープ(菜の花・黄ピーマン)	御飯 厚揚げと卵のトマト煮 ナムル 中華スープ(しろ菜・なると)	御飯 鶏肉の照り焼き 切干大根のごま酢和え 味噌汁(豆腐・玉ねぎ)	御飯 鶏肉の味噌煮 菜の花の生姜和え すまし汁(麩・ねぎ)	御飯 さばの生姜煮 もやしの梅和え 赤だし(小松菜・玉葱)	御飯 鱈のごまマヨ焼き じゃがバター 味噌汁(白菜・大根葉)	御飯 ハンバーグのハヤシソースかけ グリーンサラダ コンソメスープ(白菜・コーン)
	エネルギー:381kcal タンパク:13.6g 脂質:8.3g カルシウム:182mg 食塩相:2.3g	エネルギー:502kcal タンパク:19.7g 脂質:16.1g カルシウム:253mg 食塩相:2.6g	エネルギー:458kcal タンパク:18.8g 脂質:11.3g カルシウム:169mg 食塩相:2.8g	エネルギー:434kcal タンパク:18.3g 脂質:9.3g カルシウム:149mg 食塩相:2.0g	エネルギー:501kcal タンパク:19.1g 脂質:17.3g カルシウム:116mg 食塩相:2.3g	エネルギー:506kcal タンパク:20.9g 脂質:17.8g カルシウム:201mg 食塩相:2.8g	エネルギー:515kcal タンパク:13.6g 脂質:17.4g カルシウム:244mg 食塩相:3.7g
日計	エネルギー:1464kcal タンパク:49.0g 脂質:40.5g カルシウム:844mg 食塩相:6.6g	エネルギー:1460kcal タンパク:51.8g 脂質:46.2g カルシウム:834mg 食塩相:7.9g	エネルギー:1459kcal タンパク:48.3g 脂質:42.6g カルシウム:610mg 食塩相:6.8g	エネルギー:1484kcal タンパク:54.2g 脂質:32.3g カルシウム:745mg 食塩相:8.7g	エネルギー:1493kcal タンパク:51.7g 脂質:49.3g カルシウム:691mg 食塩相:7.2g	エネルギー:1460kcal タンパク:55.5g 脂質:40.8g カルシウム:582mg 食塩相:8.1g	エネルギー:1450kcal タンパク:47.7g 脂質:39.1g カルシウム:804mg 食塩相:8.7g

	4月21日(月)	4月22日(火)	4月23日(水)	4月24日(木)	4月25日(金)	4月26日(土)	4月27日(日)
朝食	黒糖パン ミートオムレツ コーヒー牛乳 フルーツ缶(黄桃缶)	食パン(6枚切り) ジャム ツナとちんげん菜のソテー 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム オムレツ 牛乳 フルーツ缶(みかん)	御飯 ちくわの煮物 納豆 味噌汁(小松菜・麩)	食パン(6枚切り) ジャム 明太スパゲティサラダ 牛乳 フルーツ缶(黄桃缶)	食パン(6枚切り) ジャム 海老ボールのコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶(パイン)	食パン(6枚切り) ジャム 豆たっぷりサラダ 牛乳 フルーツ缶(みかん)
	エネルギー:500kcal タンパク:16.3g 脂質:14.4g カルシウム:245mg 食塩相:1.2g	エネルギー:465kcal タンパク:16.2g 脂質:15.4g カルシウム:302mg 食塩相:1.5g	エネルギー:449kcal タンパク:16.4g 脂質:13.2g カルシウム:274mg 食塩相:1.5g	エネルギー:390kcal タンパク:17.0g 脂質:5.7g カルシウム:153mg 食塩相:2.9g	エネルギー:528kcal タンパク:15.9g 脂質:19.2g カルシウム:274mg 食塩相:1.8g	エネルギー:451kcal タンパク:14.9g 脂質:11.3g カルシウム:292mg 食塩相:2.1g	エネルギー:502kcal タンパク:18.9g 脂質:16.8g カルシウム:291mg 食塩相:1.7g
昼食	御飯 ミートボールの酢豚風 若布と大根のサラダ 味噌汁(白菜・ねぎ) フルーツ缶(洋なし)	御飯 チキンカツ ひじきの煮物 味噌汁(ほうれん草・高野豆腐) フルーツ缶(パイン)	五目うどん 焼売 大根とおくらのゆかり和え フルーツヨーグルト	ゆかり御飯 鶏肉の山椒味噌焼 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(春菊・人参) フルーツ缶(洋なし)	御飯 鶏の唐揚げ 花野菜サラダ ポタージュ フルーツ缶(白桃缶)	豚丼 ツナと野菜のサラダ 味噌汁(しいたけ・厚揚げ) フルーツ缶(白桃缶)	御飯 ポークチャップ ごぼうサラダ ミルクスープ フルーツ缶(パイン)
	エネルギー:551kcal タンパク:14.1g 脂質:12.7g カルシウム:138mg 食塩相:3.3g	エネルギー:576kcal タンパク:20.1g 脂質:17.5g カルシウム:309mg 食塩相:3.2g	エネルギー:533kcal タンパク:19.6g 脂質:17.3g カルシウム:195mg 食塩相:5.7g	エネルギー:498kcal タンパク:19.4g 脂質:11.7g カルシウム:193mg 食塩相:3.0g	エネルギー:543kcal タンパク:14.4g 脂質:16.4g カルシウム:142mg 食塩相:2.2g	エネルギー:531kcal タンパク:19.6g 脂質:19.0g カルシウム:136mg 食塩相:2.6g	エネルギー:564kcal タンパク:18.2g 脂質:19.9g カルシウム:173mg 食塩相:2.4g
おやつ	ウエハース			モカロールケーキ		ミニどらやき	
	エネルギー:50kcal タンパク:0.6g 脂質:2.7g カルシウム:577mg 食塩相:0.0g			エネルギー:97kcal タンパク:1.2g 脂質:3.4g カルシウム:0mg 食塩相:0.1g		エネルギー:72kcal タンパク:1.5g 脂質:0.9g カルシウム:180mg 食塩相:0.1g	
夕食	御飯 蒸し鱈の銀あんかけ ちんげん菜の辛子マヨ和え 味噌汁(南瓜・大根葉)	御飯 油麩と牛蒡の卵とじ ピーマンの塩炒め 味噌汁(木綿豆腐・大根葉)	御飯 鯖の利休焼き 白菜の浅漬け すまし汁(菜の花・麩)	御飯 カレイの煮付け 茄子の味噌炒め すまし汁(豆腐・ねぎ)	御飯 千草焼き いんげんのおかか和え 赤だし(花麩・ごぼう)	御飯 肉団子と筍の旨煮 おくらともずくの酢の物 味噌汁(麩・大根葉)	御飯 鱈の香味焼き 大根サラダ 味噌汁(椎茸・高野豆腐)
	エネルギー:385kcal タンパク:17.5g 脂質:7.9g カルシウム:183mg 食塩相:2.3g	エネルギー:423kcal タンパク:14.8g 脂質:10.7g カルシウム:179mg 食塩相:2.3g	エネルギー:489kcal タンパク:17.9g 脂質:19.5g カルシウム:202mg 食塩相:2.5g	エネルギー:472kcal タンパク:19.2g 脂質:12.1g カルシウム:124mg 食塩相:2.4g	エネルギー:424kcal タンパク:19.9g 脂質:9.4g カルシウム:155mg 食塩相:2.3g	エネルギー:398kcal タンパク:13.9g 脂質:5.7g カルシウム:160mg 食塩相:3.2g	エネルギー:374kcal タンパク:19.6g 脂質:5.4g カルシウム:140mg 食塩相:2.2g
日計	エネルギー:1486kcal タンパク:48.5g 脂質:37.7g カルシウム:1143mg 食塩相:6.8g	エネルギー:1464kcal タンパク:51.1g 脂質:43.6g カルシウム:790mg 食塩相:7.0g	エネルギー:1471kcal タンパク:53.9g 脂質:50.0g カルシウム:671mg 食塩相:9.7g	エネルギー:1457kcal タンパク:56.8g 脂質:32.9g カルシウム:470mg 食塩相:8.4g	エネルギー:1495kcal タンパク:50.2g 脂質:45.0g カルシウム:571mg 食塩相:6.3g	エネルギー:1452kcal タンパク:49.9g 脂質:36.9g カルシウム:768mg 食塩相:8.0g	エネルギー:1440kcal タンパク:56.7g 脂質:42.1g カルシウム:604mg 食塩相:6.3g

	4月28日(月)	4月29日(火)	4月30日(水)
朝食	レーズンロール ウインナーソーテー コーヒー牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム クリーム煮 牛乳 フルーツ缶(黄桃缶)	食パン(6枚切り) ジャム ツナとマカロニのサラダ 牛乳 フルーツ缶(みかん)
	エネルギー:488kcal タンパク:15.7g 脂質:18.2g カルシウム:260mg 食塩相:1.9g	エネルギー:481kcal タンパク:16.7g 脂質:11.9g カルシウム:320mg 食塩相:2.5g	エネルギー:516kcal タンパク:15.9g 脂質:19.2g カルシウム:256mg 食塩相:1.6g
昼食	ひじき御飯 たらの粕漬け焼き 里芋の海老あんかけ すまし汁(花麩・小松菜) フルーツ缶(洋なし)	御飯 さばの照り焼き いんげんの酢味噌和え すまし汁(菜の花・麩) フルーツ缶(白桃缶)	御飯 豚肉の醤油麩焼き 大根のポン酢和え 味噌汁(おくら・里芋) フルーツヨーグルト
	エネルギー:434kcal タンパク:19.3g 脂質:1.9g カルシウム:234mg 食塩相:2.5g	エネルギー:523kcal タンパク:17.8g 脂質:17.0g カルシウム:140mg 食塩相:2.6g	エネルギー:535kcal タンパク:19.5g 脂質:14.1g カルシウム:245mg 食塩相:2.7g
おやつ	【創立記念日】 アイスクリーム(施設購入)		
	エネルギー:89kcal タンパク:0.9g 脂質:6.0g カルシウム:19mg 食塩相:0.0g		
夕食	御飯 親子煮 ほうれん草の辛子和え 味噌汁(じゃがいも・ねぎ)	御飯 豚肉の塩麩炒め 南瓜のいところ煮 味噌汁(小松菜・玉葱)	御飯 カレイと野菜の生姜蒸し 茄子のおろし和え 味噌汁(もやし・ねぎ)
	エネルギー:450kcal タンパク:20.4g 脂質:11.5g カルシウム:163mg 食塩相:2.8g	エネルギー:460kcal タンパク:16.6g 脂質:11.9g カルシウム:137mg 食塩相:2.3g	エネルギー:419kcal タンパク:19.0g 脂質:10.4g カルシウム:141mg 食塩相:2.4g
日計	エネルギー:1461kcal タンパク:56.3g 脂質:37.6g カルシウム:676mg 食塩相:7.1g	エネルギー:1464kcal タンパク:51.1g 脂質:40.8g カルシウム:597mg 食塩相:7.3g	エネルギー:1470kcal タンパク:54.4g 脂質:43.7g カルシウム:642mg 食塩相:6.7g