

献立表

4月6日 月	和風きのこハンバーグ 筑前煮 豆乳がんも含め煮 熱量349kcal 蛋白質16.1g 塩分相当量1.9g
4月7日 火	鯖 汐焼き 白菜煮付 さつま芋天婦羅 熱量292kcal 蛋白質13.8g 塩分相当量1.3g
4月8日 水	ソース豚カツ ひじきサラダ 菜の花辛子和え 熱量319kcal 蛋白質12.4g 塩分相当量1.4g
4月9日 木	鱈と筍 わかめあんかけ 蓮根トマト煮 野菜コロッケ 熱量329kcal 蛋白質11.6g 塩分相当量1.4g
4月10日 金	鶏天 ハーブマヨネーズソース 煮なます 糸切昆布煮 熱量341kcal 蛋白質9.8g 塩分相当量2.3g
4月11日 土	フーヨーハイ ポテトサラダ タコキャベツカツ 熱量281kcal 蛋白質9.0g 塩分相当量1.6g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

ご飯 200g ー 336kcal タンパク質 5g 塩 0g

献立表

4月13日 月	キャベツメンチ 梅じそスパゲティ 竹輪のわさびマヨ和え 熱量327kcal 蛋白質15.0g 塩分相当量2.3g
4月14日 火	イカお好み焼き風 大根金平風煮 花がんと赤小玉煮付 熱量291kcal 蛋白質11.4g 塩分相当量1.6g
4月15日 水	鮭ムニエル 粒マスタード カレーマカロニ 京風がんも含め煮 熱量306kcal 蛋白質19.8g 塩分相当量1.0g
4月16日 木	ハンバーグ デミグラスソース わさび炒め煮 かぼちゃコロッケ 熱量329kcal 蛋白質13.5g 塩分相当量2.0g
4月17日 金	タラカレーフリッター オムレツ ゴーヤお浸し 熱量277kcal 蛋白質12.1g 塩分相当量1.3g
4月18日 土	鯖 利休焼 餃子 かにクリーミーコロッケ 熱量333kcal 蛋白質16.2g 塩分相当量2.0g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

ご飯 200g ー 336kcal タンパク質 5g 塩 0g

献立表

4月 20日 月	チキンカツ 落煮付 ミートオムレツ 熱量307kcal 蛋白質16.4g 塩分相当量1.9g
4月 21日 火	豚肉生姜焼 筍五目煮 菜の花お浸し 熱量281kcal 蛋白質13.1g 塩分相当量1.2g
4月 22日 水	イカ天 甘酢あん 金平牛蒡 ポテトサラダ 熱量258kcal 蛋白質10.3g 塩分相当量1.1g
4月 23日 木	鱈肉味噌がけ 小松菜ナムル 竹輪と水菜のマヨ和え 熱量324kcal 蛋白質21.0g 塩分相当量2.2g
4月 24日 金	唐揚げ&春巻き 糸切昆布煮 オクラの和え物 熱量319kcal 蛋白質10.4g 塩分相当量2.2g
4月 25日 土	ハムカツ 山菜信田煮 バターコロッケ 熱量289kcal 蛋白質12.2g 塩分相当量2.4g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

ご飯 200g ー 336kcal タンパク質 5g 塩 0g

献立表

4月 27日 月	ホキ天きのこあんかけ 肉団子揚げ煮 チンゲン菜煮浸し 熱量302kcal 蛋白質12.8g 塩分相当量1.9g
4月 28日 火	ハンバーグカレーソース 大根五目煮 おきつコロッケ 熱量327kcal 蛋白質13.9g 塩分相当量2.2g
4月 29日 水	鯖田楽 イカカツ 照り焼きつくね 熱量304kcal 蛋白質20.7g 塩分相当量2.4g
4月 30日 木	鶏と野菜の炊き合わせ ひじき五目煮 マカロニサラダ 熱量327kcal 蛋白質11.8g 塩分相当量2.2g
5月 1日 金	豚カツ わさびマヨネーズ 牛肉のうま煮 菜の花胡麻和え 熱量319kcal 蛋白質13.4g 塩分相当量1.6g
5月 2日 土	フーヨーハイ わらび煮付 ブロッコリーサラダ 熱量27.3kcal 蛋白質9.5g 塩分相当量1.0g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

ご飯 200g ー 336kcal タンパク質 5g 塩 0g