献 立 表

３月 ６日 月	豚カツ～カレーソース～ 糸切昆布煮 切干柚子胡椒サラダ 熱量310kcal　蛋白質12.7g　塩分相当量2.2g
３月 ７日 火	鶏天＆ちくわ天 小松菜お浸し 高野豆腐五目煮 熱量326kcal　蛋白質14.2g　塩分相当量2.3g
３月 ８日 水	鯖 南部焼き 蕗炒め煮 大根そぼろ煮 熱量323kcal　蛋白質13.3g　塩分相当量1.2g
３月 ９日 木	豚焼き肉風 中華もやし ビーフンソテー 熱量297kcal　蛋白質12.2g　塩分相当量1.7g
３月 10日 金	ピーマン肉詰めフライ ひじき煮付 白菜ピリ辛和え 熱量280kcal　蛋白質10.2g　塩分相当量1.8g
３月 11日 土	肉じゃが 酢れんこん 菜の花サラダ 熱量251kcal　蛋白質9.9g　塩分相当量1.8g

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

献 立 表

３月 13日 月	チキンカツ 麻婆豆腐 ひじきサラダ 熱量257kcal　蛋白質13.1g　塩分相当量1.4g
３月 14日 火	ハンバーグ～ホワイトソース～ 山菜煮付 マカロニサラダ 熱量257kcal　蛋白質11.2g　塩分相当量2.5g
３月 15日 水	鶏 唐～甘辛たれ～ 瀬戸焼きそば いんげんフレーク煮 熱量301kcal　蛋白質16.8g　塩分相当量1.9g
３月 16日 木	ソース豚カツ 花切干大根煮付 梅じそスパゲティ 熱量269kcal　蛋白質13.6g　塩分相当量2.4g
３月 17日 金	鯖 塩焼き 春雨チャプチェ カリフラワーサラダ 熱量347kcal　蛋白質14.3g　塩分相当量1.2g
３月 18日 土	豚肉生姜焼き メンマ煮付 法蓮草おかか和え 熱量332kcal　蛋白質15.9g　塩分相当量1.4g

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

献 立 表

３月 20日 月	イカ天婦羅～葱タレ～ 京風がんも旨煮 ブロッコリーサラダ 熱量293kcal　蛋白質13.6g　塩分相当量2.1g
３月 21日 火	回 鍋 肉 ひじき煮付 青梗菜チャンプルー 熱量270kcal　蛋白質10.4g　塩分相当量2.3g
３月 22日 水	鯖 竜田揚げ 糸切昆布煮 小松菜ナムル 熱量345kcal　蛋白質14.0g　塩分相当量1.5g
３月 23日 木	チキンカツ～粒マスタードケチャップ～ 蓮根炒め煮 春雨ピリ辛和え 熱量276kcal　蛋白質12.7g　塩分相当量2.3g
３月 24日 金	鶏むね～エスカベッシュソース～ コーンフライ ペンネペペロンチーノ 熱量318kcal　蛋白質17.2g　塩分相当量1.7g
３月 25日 土	塩だれメンチカツ 竹の子おかか煮 ゴーヤ中華和え 熱量281kcal　蛋白質8.2g　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

献 立 表

３月 27日 月	鯖 照り焼き メンマ煮付 あんかけスパゲティ 熱量320kcal　蛋白質13.5g　塩分相当量1.6g
３月 28日 火	ハンバーグ～胡麻味噌ソース～ お煮〆三品 中華風もやし 熱量322kcal　蛋白質14.3g　塩分相当量2.4g
３月 29日 水	海老カツ～タルタルソース～ 糸切昆布煮 カリフラワーサラダ 熱量326kcal　蛋白質12.5g　塩分相当量2.4g
３月 30日 木	若鶏 唐揚げ 山菜煮付 小松菜和え物 熱量302kcal　蛋白質15.1g　塩分相当量2.2g
３月 31日 金	豚肉生姜焼き 白菜ナムル ポテトサラダ 熱量315kcal　蛋白質13.2g　塩分相当量1.8g
４月 1日 土	ハムカツ 菜の花和え物 いんげんフレーク煮 熱量334kcal　蛋白質11.7g　塩分相当量2.3g

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