

## 献立表

4月3日 月	鯖塩焼き 小松菜お浸し ミートスパゲティ 熱量345kcal 蛋白質14.3g 塩分相当量1.7g
4月4日 火	かに玉 大根煮付 ベーコンマヨカツ 熱量310kcal 蛋白質10.1g 塩分相当量1.8g
4月5日 水	豚カツ～おろしソース～ ひじきサラダ いんげんフレーク煮 熱量317kcal 蛋白質13.9g 塩分相当量1.9g
4月6日 木	イカと野菜のわかめあんかけ メンチカツ マカロニサラダ 熱量306kcal 蛋白質13.0g 塩分相当量1.8g
4月7日 金	ソース焼きそば なます 糸切昆布煮 熱量294kcal 蛋白質12.8g 塩分相当量2.2g
4月8日 土	チキンカツ 金平蓮根 ポテトサラダ 熱量332kcal 蛋白質13.6g 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がございます

株式会社 マルイチ

## 献立表

4月10日 月	海老カツ&野菜コロッケ 竹の子煮付 マカロニサラダ 熱量273kcal 蛋白質9.5g 塩分相当量1.8g
4月11日 火	イカ天&お好み焼き 大根金平風 つくね照り焼 熱量279kcal 蛋白質10.4g 塩分相当量2.0g
4月12日 水	豆腐ハンバーグ 野菜コロッケ 青じそスパゲティ 熱量315kcal 蛋白質9.1g 塩分相当量2.3g
4月13日 木	若鶏～トマトソース～ メンマ煮付 ゴーヤチャンプルー 熱量286kcal 蛋白質13.6g 塩分相当量1.6g
4月14日 金	すき焼き風煮 ひじき煮付 ほうれん草ナムル 熱量268kcal 蛋白質9.9g 塩分相当量1.7g
4月15日 土	豚肉オイスターソース炒め 肉団子 小松菜お浸し 熱量302kcal 蛋白質12.3g 塩分相当量2.2g

食材の都合によりメニューの変更がある場合がございます

株式会社 マルイチ

## 献立表

4月 17日 月	ハンバーグ～サルサソース～ 落煮付 枝豆マリネ 熱量333kcal 蛋白質15.2g 塩分相当量2.4g
4月 18日 火	鶏ちゃん 竹の子煮付 菜の花お浸し 熱量303kcal 蛋白質14.0g 塩分相当量1.9g
4月 19日 水	メンチカツ 金平牛蒡 ポテトサラダ 熱量321kcal 蛋白質10.4g 塩分相当量2.4g
4月 20日 木	鯖塩焼き 花切干煮付 法蓮草塩こぶパスタ 熱量289kcal 蛋白質12.3g 塩分相当量2.3g
4月 21日 金	鶏唐揚げ オクラ梅和え カリフラワーおかか和え 熱量290kcal 蛋白質15.4g 塩分相当量1.5g
4月 22日 土	天婦羅盛り合わせ 山菜煮付 ひじきサラダ 熱量265kcal 蛋白質7.3g 塩分相当量2.2g

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

4月 24日 月	ソース豚カツ ひじき煮付 マカロニサラダ 熱量318kcal 蛋白質13.7g 塩分相当量1.8g
4月 25日 火	鯖塩焼き 小松菜ナムル 春雨チャプチェ 熱量257kcal 蛋白質12.0g 塩分相当量2.1g
4月 26日 水	ハンバーグ～バーベキューソース～ 大根サラダ メンマ煮付 熱量256kcal 蛋白質13.0g 塩分相当量2.3g
4月 27日 木	海老カツ 山菜信田煮 白菜柚子風味 熱量289kcal 蛋白質10.0g 塩分相当量2.4g
4月 28日 金	鶏肉炊き合わせ 牛肉コロッケ 菜の花胡麻和え 熱量300kcal 蛋白質11.9g 塩分相当量2.4g
4月 29日 土	ピーマン肉詰め 野菜炒め 枝豆サラダ 熱量327kcal 蛋白質12.5g 塩分相当量2.2g

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