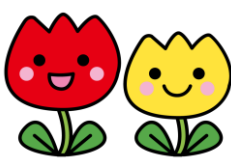


mon		tue		wed		thu		fri	
30		31		1		2		3	
4月						エネルギーは ごはん普通盛りの場合。 小盛りの場合は-120Kcal 大盛りの場合は+120Kcal			
									
6 ・牛乳 ・ご飯 ・ポテトコロッケ ・ゆでキャベツ ・大根の浅漬け ・にら玉汁 エネルギー 774 kcal たんぱく質 27.3 g 脂質 23.8 g 食塩相当量 3.3 g		7 入学式 		8 入学進級 お祝いメニュー ・牛乳 ・赤飯 ・鶏肉のからあげ ・梅おかか和え ・おふのすまし汁 エネルギー 720 kcal たんぱく質 28.2 g 脂質 24.8 g 食塩相当量 2.5 g		9 ・牛乳 ・ご飯 ・さばのみそ煮 ・きのこの当座煮 ・磯和え ・けんちん汁 エネルギー 754 kcal たんぱく質 33.8 g 脂質 23.9 g 食塩相当量 3.6 g		10 ・コーヒー牛乳 ・ガーリックトースト ・ポークビーンズ ・グリーンサラダ ・かんきつ類 エネルギー 699 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 24.1 g 食塩相当量 2.1 g	
13 春のカミカミ メニュー ・牛乳 ・たけのこごはん ・ちくわの磯辺揚げ ・うどんのごま和え ・玉ねぎとキャベツのみそ汁 ・かんきつ類 エネルギー 753 kcal たんぱく質 26.1 g 脂質 21.2 g 食塩相当量 3.8 g		14 ・牛乳 ・ご飯 ・魚の塩こうじ焼き ・炒り煮 ・野菜のごま和え ・じゃが芋とニラのみそ汁 エネルギー 656 kcal たんぱく質 33.8 g 脂質 16.3 g 食塩相当量 3.1 g		15 ・牛乳 ・五目うどん ・よもぎ餅 ・ひじきと枝豆のサラダ エネルギー 713 kcal たんぱく質 29.4 g 脂質 20.6 g 食塩相当量 3.5 g		16 世界の料理 スペイン ・牛乳 ・パエリア ・スパニッシュオムレツ ・マリネ風サラダ ・コシード エネルギー 743 kcal たんぱく質 31 g 脂質 25.2 g 食塩相当量 3.9 g		17 ・牛乳 ・ご飯 ・じゃが芋のカレー煮 ・きびなごのからあげ ・のり酢あえ エネルギー 715 kcal たんぱく質 29 g 脂質 16.4 g 食塩相当量 2.4 g	
20 ・牛乳 ・キムタクごはん ・いかのからあげ ・みそドレッシングサラダ ・五目中華スープ エネルギー 757 kcal たんぱく質 34.8 g 脂質 25.6 g 食塩相当量 3.6 g		21 ・牛乳 ・スパゲティミートソース ・コールスローサラダ ・チーズ蒸しケーキ エネルギー 898 kcal たんぱく質 35 g 脂質 30.4 g 食塩相当量 3.1 g		22 ・牛乳 ・ご飯 ・昆布の佃煮 ・肉豆腐 ・かんきつ類 エネルギー 770 kcal たんぱく質 29.8 g 脂質 27.1 g 食塩相当量 3.4 g		23 ・牛乳 ・ご飯 ・ツナ入り卵焼き ・香味和え ・筑前煮 ・じゃが芋とわかめのみそ汁 エネルギー 733 kcal たんぱく質 29.5 g 脂質 21.8 g 食塩相当量 3.3 g		24 ・牛乳 ・ご飯 ・鶏肉のねぎみそ焼き ・大豆の五目煮 ・そくせき漬け ・すまし汁 エネルギー 683 kcal たんぱく質 29 g 脂質 20.5 g 食塩相当量 2.3 g	
27 ・牛乳 ・ポークカレーライス ・和風ツナサラダ ・フルーツポンチ エネルギー 792 kcal たんぱく質 26.2 g 脂質 22.2 g 食塩相当量 2.6 g		28 ・牛乳 ・ご飯 ・白身魚の黒酢あんかけ ・キャベツのピリ辛漬け ・西湖豆腐 エネルギー 798 kcal たんぱく質 40.6 g 脂質 27.5 g 食塩相当量 2.9 g		29 昭和の日 		30 ・牛乳 ・グラニュー糖揚げパン ・肉団子のスープ煮 ・セサミビーンズ ・ミニトマト エネルギー 707 kcal たんぱく質 29.2 g 脂質 31.5 g 食塩相当量 2.4 g		1  にゅう がく しん きゅう 入学・進級 おめでとう	

予約開放日
3/3(火)

予約締切日
3/19(木)

予約開放日
3/3(火)

予約締切日
4/8(水)

予約開放日
3/3(火)予約締切日
3/19(木)予約開放日
3/3(火)予約締切日
4/8(水)

※食材の納入状況等により献立内容が変更になる場合があります。

※予約開放日から予約締切日の間で予約することができます。

※変更がある場合(追加またはキャンセル)は、予約開放日から予約締切日前に自分で予約の変更をしてください。