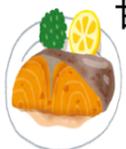


	3/1(日)	3/2(月)	3/3(火)	3/4(水)	3/5(木)
あ さ	ごはん みそ汁(なす 白玉麩) いり豆腐 キャベツのドレッシング和え ふりかけ	ごはん みそ汁(豆腐 山東菜) さんま缶 いんげんの炒め煮 ふりかけ	ごはん みそ汁(冬瓜 青ねぎ) 卵とじ 白菜のツナ和え 味付のり	ごはん みそ汁(かぶ 高野豆腐) さわらの西京焼き チンゲン菜のマヨ和え ふりかけ	ごはん みそ汁(玉ねぎ ふ) 厚焼き玉子 ほうれん草のごま和え たいみそ
ひ る	ごはん 友禅卵あんかけ カリフラワーサラダ フルーツポンチ 牛乳 	ごはん 蒸し鶏野菜ソースかけ チンゲン菜の二色和え フルーツ(パイン) 牛乳	散らし寿司 大根の煮物 三色花ゼリー 牛乳	ごはん 豚もも生姜焼き カリフラワーの茹サラダ フルーツ(りんご) 牛乳	ごはん ムニエル(たら) オクラとカニかまの和え物 フルーツ(バナナ) 牛乳
よ る	ごはん みそ汁(玉ねぎ 人参) ムニエル れんこん炒め レモン醤油和え	ごはん かき玉汁 豆腐田楽 春雨炒め 南瓜サラダ	ごはん みそ汁(キャベツ 麩) ミートローフ 炒り煮 蒸しなす生姜醤油かけ	ごはん そうめん汁 麻婆豆腐 野菜炒め 甘酢和え	ごはん なめこ汁 とり肉照焼き ポテトサラダ 白菜のかか和え
成分値	エネルギー 1858kcal たんぱく質 77.5g 脂質 46.3g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1850kcal たんぱく質 75.7g 脂質 51.2g 食塩相当量 7g	エネルギー 1815kcal たんぱく質 66.1g 脂質 44.6g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1873kcal たんぱく質 79.3g 脂質 57.3g 食塩相当量 7g	エネルギー 1839kcal たんぱく質 75.2g 脂質 49g 食塩相当量 6.9g
	3/6(金)	3/7(土)	3/8(日)	3/9(月)	3/10(火)
あ さ	ごはん みそ汁(里芋 糸みつば) 温泉卵 なす炒り煮 味付のり	ごはん みそ汁(白菜 みつば) カニ豆腐 アスパラサラダ ふりかけ	ごはん みそ汁(玉ねぎ 高野豆腐) オムレツ ボイルサラダ 味付のり	ごはん みそ汁(山東菜 麩) 湯豆腐 いんげんのマヨ和え ふりかけ	ごはん みそ汁(じゃが芋 ねぎ) えびしんじょ 小松菜のごま和え たいみそ
ひ る	ごはん ほきの洋風ソースかけ キャベツの茹でサラダ フルーツ(いよかん) 牛乳	ごはん 親子煮 ほうれん草柚子香和え フルーツ(りんご) 牛乳	ごはん とり肉おろし煮 ブロッコリーしらす和え プリン 牛乳	ごはん さわら生姜煮 ビーフン炒め煮 フルーツ(バナナ) 牛乳	ごはん 酢豚 白菜の浸し和え フルーツゼリー 牛乳
よ る	ごはん みそ汁(山東菜 切麩) カレー風味焼き 甘煮 小松菜のナムル	ごはん ワンタン汁 さばみそ煮 ピーマン甘辛煮 茹サラダ	ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) ぶりの照焼 きんぴらごぼう 甘酢和え 	ごはん みそ汁(豆腐 大根) とり肉ピザ風 里芋の煮物 カリフラワーピクルス風	ごはん みそ汁(冬瓜 麩) カレイのねぎ風味焼き 大根きんぴら炒め煮 マカロニサラダ
成分値	エネルギー 1842kcal たんぱく質 74.6g 脂質 45g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1856kcal たんぱく質 70.9g 脂質 52.7g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1823kcal たんぱく質 75.6g 脂質 46.7g 食塩相当量 6.4g	エネルギー 1878kcal たんぱく質 82.5g 脂質 49.1g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1856kcal たんぱく質 70.9g 脂質 48.5g 食塩相当量 7.3g

※都合により献立内容を変更することがございます。