



献立予定表

	3月31日 月曜日			4月1日 火曜日			4月2日 水曜日			4月3日 木曜日			4月4日 金曜日		
定食	春野菜カレー			鶏とアスパラのチーズ焼き			鶏ネギ塩レモン唐揚げ			カツ煮定食			彩り油淋鶏		
	エネルギー:397	タンパク:7.2	脂質:8.0	エネルギー:692	タンパク:29.9	脂質:21.8	エネルギー:607	タンパク:26.3	脂質:22.1	エネルギー:682	タンパク:23.4	脂質:28.3	エネルギー:663	タンパク:25.6	脂質:26.9
	炭水化物:74.9	カルシウム:20	食塩相当量:2.0	炭水化物:90.7	カルシウム:100	食塩相当量:1.1	炭水化物:73.8	カルシウム:43	食塩相当量:5.3	炭水化物:82.5	カルシウム:49	食塩相当量:1.5	炭水化物:76.0	カルシウム:49	食塩相当量:1.1
丼	ねぎ塩豚丼			中華丼			鯖の塩麹焼き 梅しらすご飯 &			ヘルシー鶏むね チャーシュー丼			バターチキンカレー		
	エネルギー:569	タンパク:17.8	脂質:23.9	エネルギー:403	タンパク:15.3	脂質:6.0	エネルギー:430	タンパク:19.3	脂質:8.4	エネルギー:512	タンパク:24.9	脂質:12.9	エネルギー:630	タンパク:14.5	脂質:24.4
	炭水化物:67.3	カルシウム:20	食塩相当量:0.3	炭水化物:72.8	カルシウム:76	食塩相当量:1.0	炭水化物:67.2	カルシウム:36	食塩相当量:1.2	炭水化物:72.4	カルシウム:48	食塩相当量:0.6	炭水化物:89.8	カルシウム:70	食塩相当量:6.0
麺				塩バターラーメン			関西風きつねうどん			春のかき揚げそば			【リクエスト】 担々麺		
	エネルギー:397	タンパク:7.2	脂質:8.0	エネルギー:468	タンパク:16.2	脂質:10.2	エネルギー:381	タンパク:12.7	脂質:9.3	エネルギー:435	タンパク:14.6	脂質:10.3	エネルギー:477	タンパク:18.3	脂質:9.7
	炭水化物:74.9	カルシウム:20	食塩相当量:2.0	炭水化物:75.9	カルシウム:76	食塩相当量:2.2	炭水化物:58.0	カルシウム:104	食塩相当量:2.5	炭水化物:71.2	カルシウム:402	食塩相当量:1.2	炭水化物:75.2	カルシウム:143	食塩相当量:2.8