

献立表

障害者支援施設新光苑

	朝	昼	夕	合計
04/03 (月)	ごはん 鮭の卵とじ 梅春雨 ふりかけ(うめかつお) みそ汁	チキンクリームパスタ 人参とツナのサラダ 牛乳 シュークリーム 	ごはん 豚肉の味噌バターソース スナックいんげんとハムのサラダ コンソメスープ お誕生日ケーキ	I:1587kcal 蛋:76.8g 脂:47.1g 1g 塩:9g
04/04 (火)	菓子パン ジャーマンポテト 果物(マンゴー) 牛乳 	ごはん カジキのアボカドソース 胡瓜とクリームチーズのサラダ クラムチャウダー 果物(キウイ)	ごはん ロールキャベツ 豆腐のサラダ みそ汁 	I:1582kcal 蛋:63.8g 脂:47.3g 塩:7.2g
04/05 (水)	ごはん 切り干し大根の煮物 納豆 梅干し みそ汁 	ハヤシライス キャベツの明太子風味サラダ 牛乳 果物(いちご)	ごはん 豚肉のおろし和え かぶのピリ辛サラダ みそ汁 	I:1548kcal 蛋:68.3g 脂:33.5g 塩:11.5g
04/06 (木)	レーズンロール プチグラタン 果物(バナナ) 型抜きチーズ ヤクルト	牛丼 大根の浅漬け 牛乳 果物(オレンジ) 	ごはん 白身魚の山椒風味煮 おくらのわさび和え みそ汁	I:1564kcal 蛋:72.5g 脂:28.9g 塩:8.6g
04/07 (金)	ごはん 豆腐チキンボール 味付きめかぶ 辛子明太子 みそ汁	カレーうどん ほうれん草のサラダ 牛乳 チーズタルト 	ごはん 豚肉と厚揚げの中華味噌炒め 春雨サラダ わかめの中華スープ	I:1567kcal 蛋:66.1g 脂:52.7g 塩:9.9g
04/08 (土)	ロールパン ツナポテトサラダ ソフール(ストロベリー) アップルジャム 牛乳	ごはん カニクリームコロッケ チキンコールスローサラダ 実だくさん汁 苺ムース 	ごはん 鶏肉の辛子風味 モロヘイヤの磯辺和え みそ汁 	I:1593kcal 蛋:64.8g 脂:48.8g g 塩:7g
04/09 (日)	食パン マカロニサラダ ソフール元気ヨーグルト ストロベリージャム 牛乳	ごはん 豚肉の梅醤油 カリフラワーとかにかまのサラダ 実だくさん汁 豆乳ブラマンジェ	ごはん アジフライ キャベツの紫蘇の実の和風サラダ みそ汁 	I:1582kcal 蛋:66.3g 脂:43.4g 塩:8.6g

I:エネルギー た:たんぱく質 脂:脂質 塩:食塩相当量