

## 週間献立表

令和06年05月20日(月)		令和06年05月21日(火)		令和06年05月22日(水)		令和06年05月23日(木)		令和06年05月24日(金)	
朝	ご飯	ご飯		ホットドッグ		ご飯		ご飯	
	焼き魚	からし菜炒め		コロッケ		ポークたまご		豚肉の生姜焼き風炒め	
	小松菜炒め	マカロニサラダ		サラダ		サラダ		やっこ	
	牛乳	牛乳		パンプキンスープ		牛乳		牛乳	
	みそ汁	みそ汁				みそ汁		清まし汁	
昼	冷やし中華	ご飯		ジューシー		ご飯		スパゲティミートソース	
	ハムカツ	鶏の唐揚げ・甘辛ダレ		沖縄そば		麻婆豆腐		イタリアンサラダ	
		付け)千切りキャベツ		ぜんざい		キャベツとちくわの中華和え		コンソメスープ	
		みそ汁				中華スープ			
夕	塩だれ豚丼	ご飯		カレーライス		ご飯		ご飯	
	キムチ	魚のポテマヨ焼き		野菜サラダ		鶏肉の梅マヨ焼き		フライ盛り合わせ	
	ゆし豆腐汁	付け)ブロッコリー		漬物		付け)スナップエンドウ		付け)千切りキャベツ	
		牛肉とごぼうの炒め煮				青菜の白和え		ひじきの煮物	
	みそ汁				そうめん汁		みそ汁		
エネルギー	2028kcal	エネルギー	2626kcal	エネルギー	2404kcal	エネルギー	2566kcal	エネルギー	2290kcal
蛋白質	77.1g	蛋白質	93.5g	蛋白質	74.7g	蛋白質	93.6g	蛋白質	79.2g
脂質	43.7g	脂質	95.5g	脂質	72.7g	脂質	97.7g	脂質	65.3g