

現場：浮間舟渡園

献立種類：常食



献立表



	日 31	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
朝食	御飯 じゃが芋とツナの煮物 カリフラワーの甘酢漬け 洋梨缶 牛乳	御飯 小松菜の炒め煮 納豆 味噌汁（大根） 白桃缶	御飯 キャベツとじゃこの煮浸し 味付めかぶ フルーツカクテル缶 ジョア	じゃがいも粥 がんと野菜の煮物 白菜のゴマ和え りんご缶 牛乳	御飯 里芋と人参の煮物 卵豆腐 味噌汁（かぶ） みかん缶	御飯 蓮根と豚肉の煮物 カリフラワーとカニのサラダ 牛乳 パイン缶	青菜御飯 切干大根煮 胡瓜のゆかり和え 味噌汁（わかめ） フルーツカクテル缶
昼食	牛丼 ブロッコリーとチーズのサラダ 味噌汁（ほうれん草） 黄桃缶	茸と鶏の和風パスタ きゅうりと竹輪の和風サラダ キウイフルーツ 牛乳	食パン カレーのレモンバターソース アスパラとシーフードのサラダ レタスのスープ パイン缶	御飯 なすの肉巻き梅照り焼き ごぼうサラダ 味噌汁（花麩） 洋梨缶	レーズンパン パンプキンシチュー シーザーサラダ 黄桃缶 牛乳	赤飯 たらの柚庵焼き ピーマンの桜えび和え 赤だし（なめこ） 白桃缶	御飯 すき焼き風煮 菜花のおかか和え ブロッコリーとエビの塩炒め バナナ
夕食	御飯 豆腐のカニあんかけ キャベツと揚げの煮浸し いんげんのごま醤油和え 茄子の漬け物	御飯 ニラ玉風豚肉炒め 白菜のナムル 蓮根と蒟蒻の煮物 べったら漬け	御飯 チキン南蛮 もやしとツナのサラダ すまし汁（えのき） 桜でんぶ	御飯 かじきの香味だれ 切り昆布の炒め煮 いんげんとエビのサラダ 鯛みそ	御飯 赤魚の煮付け 青菜と鶏肉の炒め煮 オクラ和風サラダ 赤じその実漬	御飯 和風オムレツ ベーコンアスパラソテー もやしサラダ ザーサイ漬け	御飯 ホッケの西京焼き 冬瓜のホタテあんかけ 牛乳 のり佃煮
3時	ゼリーカクテル	くずまんじゅう（ゆず）	ババロアバニラ	抹茶ケーキ	黒ごまプリン	星たべよ	ムーンライトクッキー
栄養価	エネルギー 1514kcal 蛋白質 51.5g 脂質 33.8g 炭水化物 234.9g 食塩 5.8g	エネルギー 1518kcal 蛋白質 57.6g 脂質 36.6g 炭水化物 225.3g 食塩 5.2g	エネルギー 1510kcal 蛋白質 55.6g 脂質 46g 炭水化物 212.7g 食塩 6.7g	エネルギー 1551kcal 蛋白質 52g 脂質 41.7g 炭水化物 226g 食塩 5.7g	エネルギー 1513kcal 蛋白質 57.6g 脂質 40.5g 炭水化物 218.7g 食塩 6.9g	エネルギー 1509kcal 蛋白質 55.1g 脂質 37.3g 炭水化物 225.9g 食塩 6.1g	エネルギー 1502kcal 蛋白質 56.8g 脂質 36.2g 炭水化物 222.8g 食塩 5.8g

