

現 場：浮間舟渡園
献立種類：常食



10 献立表

	日 28	月 29	火 30	水 1	木 2	金 3	土 4
朝食	御飯 里芋と人参の煮物 納豆 洋梨缶 牛乳	かおりご飯 魚河岸揚げ煮 ブロッコリーとツナのサラダ 白桃缶 牛乳	御飯 がんと野菜の煮物 アスパラガスの胡麻和え フルーツカクテル缶 牛乳	御飯 いわし梅煮 きゅうりのゆかり和え 味噌汁（キャベツ） パイン缶	御飯 ほうれん草と揚げの煮浸し 大根しらす和え 味噌汁（冬瓜） りんご缶	御飯 昆布豆 ピーマン削りし和え 洋梨缶 牛乳	生姜粥 厚揚げと野菜の煮物 カニサラダ すまし汁（大根） 黄桃缶
昼食	御飯 アジの南蛮漬 ポテトサラダ アスパラとベーコンの炒め物 りんご缶	御飯 豚肉とナスのピリ辛味噌炒め カラフルほうれん草ソテー キャベツと枝豆のサラダ バナナ	食パン カレイの香りチーズ焼き イタリアンサラダ オニオンスープ みかん缶	かきあげそば 茄子の肉味噌かけ 蓮根サラダ 黄桃缶	レーズンパン たらこクリームソースハンバーグ ブロッコリーサラダ マンゴー 牛乳	栗入り赤飯 サンマの塩焼き 菜花の辛子酢味噌和え かき玉汁 柿	カレーライス シーフードサラダ キウイフルーツ 牛乳
夕食	御飯 鶏肉のみぞれ煮 春菊と蒟蒻の和え物 味噌汁（しいたけ） ザーサイ漬け	御飯 かに玉甘酢あんかけ もやしと笹身の中華サラダ ワカメスープ しば漬け	御飯 豆腐ふくさ焼き 小松菜の煮びたし かぶとツナのサラダ ゆずみそ	御飯 若鶏の照り焼き 青梗菜と竹輪のさっぱり和え うぐいす豆 牛乳	御飯 穴子の卵とじ さつまいもレモン煮 笹身といんげんの和え物 べったら漬け	御飯 すき焼き風煮 かぶとえびの吉野煮 トマトとオクラ和風サラダ 茄子の漬け物	御飯 鮭の味噌煮 ハムアスパラソテー 和風ゆでなすサラダ のり佃煮
デザート	星たべよ	チョコレートババロア	くずまんじゅう（抹茶）	キャラメルケーキ	ゼリーカクテル	フルーチェ きなこミルク	マンゴープリン
栄養価	エネルギー 1537kcal 蛋白質 59.4g 脂質 41.4g 炭水化物 219.9g 食塩 6.5g	エネルギー 1526kcal 蛋白質 52.5g 脂質 42.1g 炭水化物 220.1g 食塩 6.9g	エネルギー 1504kcal 蛋白質 57.2g 脂質 32.3g 炭水化物 233.7g 食塩 6.1g	エネルギー 1527kcal 蛋白質 56.8g 脂質 38.1g 炭水化物 224.1g 食塩 5.5g	エネルギー 1510kcal 蛋白質 55.8g 脂質 40.4g 炭水化物 217.8g 食塩 5.4g	エネルギー 1502kcal 蛋白質 53.4g 脂質 37g 炭水化物 223g 食塩 5.8g	エネルギー 1521kcal 蛋白質 56.4g 脂質 35.6g 炭水化物 230.4g 食塩 7g

