

4月献立表



新年度のスタートです

肌寒い季節が過ぎ、うららかな暖かい季節となりました。
入学式や新年度といった新たなはじまりの月でもある4月には
新玉ねぎなどの“新”とつく野菜が盛りを迎えます。
新たにスタートする季節を旬の野菜とともに楽しみください。

ブランド水 上水

	3月30日(月)	3月31日(火)	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)	4月5日(日)
朝食	パン 目玉焼き フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 お魚ソーセージのソテー 大根のゆず和え フルーツ 味噌汁 牛乳	御飯 炒り卵 ブロッコリーのおかか和え 漬物 味噌汁 牛乳	御飯 はんぺん煮 コールスロー フルーツ 味噌汁 牛乳	パン ベーコンと野菜の炒め物 フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 オムレツ しろ菜と油揚げのお浸し フルーツ 味噌汁 牛乳	御飯 がんも煮 水菜のサラダ のり佃煮 味噌汁 牛乳
	1杯あたり:498kcal 糖質:18.8g 脂質:24.1g 食塩相:2.4g	1杯あたり:478kcal 糖質:13.7g 脂質:11.3g 食塩相:2.2g	1杯あたり:495kcal 糖質:19.6g 脂質:16.0g 食塩相:2.3g	1杯あたり:482kcal 糖質:15.6g 脂質:9.9g 食塩相:2.2g	1杯あたり:438kcal 糖質:14.8g 脂質:14.7g 食塩相:2.4g	1杯あたり:498kcal 糖質:16.5g 脂質:13.0g 食塩相:2.2g	1杯あたり:492kcal 糖質:18.5g 脂質:15.5g 食塩相:2.6g
昼食	カレーライス 福神漬け 花野菜サラダ ヨーグルト(ブルーベリーソース)	御飯 卵と海老のチリソース 白菜の旨煮 胡瓜ともやしのだる わかめスープ	山菜うどん ちくわの青のりマヨ焼き フルーツポンチ	御飯 肉団子と野菜の甘辛だれ ビーフン炒め 胡瓜の梅肉がけ 味噌汁	しらすのかき揚げ丼 南瓜の甘煮 浅漬け 味噌汁	御飯 豚肉のにんにく醤油焼き 花しんじょうの炊き合わせ 大根の和え物 味噌汁	バターライス 助宗たらのムニエル カリフラワーのトマト煮 青りんごゼリー 野菜スープ
	1杯あたり:508kcal 糖質:16.8g 脂質:14.8g 食塩相:2.5g	1杯あたり:464kcal 糖質:18.9g 脂質:12.6g 食塩相:2.6g	1杯あたり:431kcal 糖質:13.3g 脂質:9.7g 食塩相:3.3g	1杯あたり:509kcal 糖質:16.2g 脂質:13.9g 食塩相:3.1g	1杯あたり:481kcal 糖質:10.7g 脂質:11.7g 食塩相:2.7g	1杯あたり:543kcal 糖質:19.6g 脂質:20.0g 食塩相:2.8g	1杯あたり:410kcal 糖質:6.2g 脂質:10.8g 食塩相:2.5g
おやつ	いちごスペシャル	ようかん	黒糖まんじゅう	バームクーヘン	蒸しパン(レモン)	もみじまんじゅう	エクレア
	1杯あたり:127kcal 糖質:1.8g 脂質:4.3g 食塩相:0.1g	1杯あたり:100kcal 糖質:1.5g 脂質:0.1g 食塩相:0.0g	1杯あたり:66kcal 糖質:1.3g 脂質:0.1g 食塩相:0.0g	1杯あたり:80kcal 糖質:1.1g 脂質:3.4g 食塩相:0.1g	1杯あたり:44kcal 糖質:1.0g 脂質:1.2g 食塩相:0.2g	1杯あたり:107kcal 糖質:2.0g 脂質:2.1g 食塩相:0.1g	1杯あたり:86kcal 糖質:1.3g 脂質:6.3g 食塩相:0.1g
夕食	御飯 サーモンフライ 切り昆布の煮物 枝豆腐 味噌汁	御飯 鶏肉の焼き治部煮 金平ごぼう キャベツのツナ和え 味噌汁	御飯 豚肉の塩だれ炒め 車麩の含め煮 おくらとしめじの和え物 味噌汁	御飯 赤魚のもろみ味噌焼き 小松菜のさっと煮 長芋のわさび和え すまし汁	御飯 鶏肉のグリル 葱ソース えび風味焼売 レタスとわかめの中華サラダ 豆腐のスープ	五目ちらし寿司 なべしぎ いんげんのごま和え すまし汁	御飯 照り焼きハンバーグ じゃが芋と空豆の炒め物 漬物 味噌汁
	1杯あたり:563kcal 糖質:18.9g 脂質:22.0g 食塩相:3.1g	1杯あたり:503kcal 糖質:18.4g 脂質:15.1g 食塩相:2.6g	1杯あたり:472kcal 糖質:19.0g 脂質:14.0g 食塩相:2.6g	1杯あたり:418kcal 糖質:22.5g 脂質:5.4g 食塩相:2.0g	1杯あたり:508kcal 糖質:18.0g 脂質:18.7g 食塩相:2.5g	1杯あたり:436kcal 糖質:12.1g 脂質:11.0g 食塩相:2.9g	1杯あたり:536kcal 糖質:20.6g 脂質:16.5g 食塩相:3.2g

※仕入れの状況によりメニューが変更になる場合がございます。

4月献立表



新年度のスタートです

肌寒い季節が過ぎ、うらかな暖かい季節となりました。
 入学式や新年度といった新たなはじまりの月でもある4月には
 新玉ねぎなどの“新”とつく野菜が盛りを迎えます。
 新たにスタートする季節を旬の野菜とともに楽しみください。

ブランド-107玉川上水

	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)	4月12日(日)
朝食	パン ウインナーと小松菜のソテー フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 目玉焼き カリフラワーのドレッシング 和え 梅干し 味噌汁 牛乳	御飯 五目しんじょうの煮物 スパゲティサラダ フルーツ 味噌汁 牛乳	御飯 野菜のツナ炒め ゆかり和え たいみそ 味噌汁 牛乳	パン スクランブルエッグ フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 さつま揚げの煮物 温野菜サラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 ベーコンエッグ 三色野菜の和え物 フルーツ 味噌汁 牛乳
	1食分 450kcal 糖質*14.8g 脂質*15.0g 食塩相:2.5g	1食分 507kcal 糖質*18.9g 脂質*16.7g 食塩相:2.4g	1食分 559kcal 糖質*16.4g 脂質*17.6g 食塩相:2.3g	1食分 457kcal 糖質*15.4g 脂質*13.0g 食塩相:2.3g	1食分 506kcal 糖質*18.9g 脂質*24.1g 食塩相:2.5g	1食分 473kcal 糖質*16.6g 脂質*10.7g 食塩相:2.5g	1食分 534kcal 糖質*21.1g 脂質*18.1g 食塩相:2.1g
昼食	御飯 鶏の唐揚げ 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのマヨ和え すまし汁	昔ながらの醤油ラーメン 胡瓜の中華和え やわらか杏仁	御飯 豚肉の塩麹炒め 里芋の煮っころがし おくらのお和え物 味噌汁	ライス 海老マカロニグラタン ささみサラダ ピーチゼリー コンソメスープ	【セレクト食】 アヲカハの山椒焼き 春野菜添え 蒸し鶏の胡麻だれ 春野菜添え さつま芋のいとこ煮 漬物 味噌汁	油麩丼 大根のくるみ味噌がけ ちんげん菜の塩昆布和え すまし汁	御飯 根菜たっぷり筑前煮 なすの生姜炒め 浅漬け 味噌汁
	1食分 591kcal 糖質*23.4g 脂質*25.8g 食塩相:2.7g	1食分 399kcal 糖質*14.3g 脂質*10.0g 食塩相:2.8g	1食分 522kcal 糖質*20.0g 脂質*16.8g 食塩相:3.0g	1食分 528kcal 糖質*17.5g 脂質*9.8g 食塩相:2.9g	1食分 442kcal 糖質*20.8g 脂質*4.2g 食塩相:2.6g 1食分 482kcal 糖質*17.2g 脂質*10.7g 食塩相:2.5g	1食分 413kcal 糖質*14.5g 脂質*10.4g 食塩相:2.8g	1食分 547kcal 糖質*18.5g 脂質*19.7g 食塩相:2.6g
おやつ	カステラ	はちみつ入ドーナツ	ロールケーキ(コーヒー)	きなこまんじゅう	ミルクティープリン	ショコラスペシャル	黒糖ゼリー
	1食分 83kcal 糖質*1.7g 脂質*1.0g 食塩相:0.0g	1食分 97kcal 糖質*1.1g 脂質*4.6g 食塩相:0.1g	1食分 92kcal 糖質*1.4g 脂質*3.2g 食塩相:0.1g	1食分 66kcal 糖質*1.5g 脂質*0.3g 食塩相:0.0g	1食分 63kcal 糖質*2.4g 脂質*1.9g 食塩相:0.0g	1食分 122kcal 糖質*1.8g 脂質*5.4g 食塩相:0.1g	1食分 56kcal 糖質*0.6g 脂質*0.3g 食塩相:0.0g
夕食	御飯 ゆず香る 白身魚の野菜蒸し れんこんとさつま揚げの炒め物 菜の花のお浸し 味噌汁	御飯 厚揚げとなすのそぼろ炒め 切干大根の煮物 煮豆 味噌汁	【認知症予防 長寿ごはん】 押麦御飯 あじのかば焼き 豆腐の抹茶田楽 紫キャベツと新玉ねぎの甘酢和え すまし汁	御飯 牛肉じゃが 春雨のピリ辛炒め 磯納豆 味噌汁	とろたく丼 筍の土佐煮 トマトのお和え物 味噌汁	御飯 白身魚フライとソーミン汁 ピーマンの当座煮 フルーツ(パイン) 味噌汁	御飯 さばの塩焼き ひじきの煮物 かにかま和え 味噌汁
	1食分 397kcal 糖質*21.7g 脂質*4.7g 食塩相:2.8g	1食分 502kcal 糖質*15.4g 脂質*15.3g 食塩相:2.2g	1食分 473kcal 糖質*25.6g 脂質*9.6g 食塩相:2.5g	1食分 558kcal 糖質*18.7g 脂質*16.1g 食塩相:2.8g	1食分 362kcal 糖質*14.4g 脂質*5.7g 食塩相:3.0g	1食分 545kcal 糖質*13.6g 脂質*19.4g 食塩相:2.5g	1食分 529kcal 糖質*20.6g 脂質*22.0g 食塩相:3.1g

※仕入れの状況によりメニューが変更になる場合がございます。

4月 献立表



新年度のスタートです

肌寒い季節が過ぎ、うららかな暖かい季節となりました。

入学式や新年度といった新たなはじまりの月でもある4月には新玉ねぎなどの“新”とつく野菜が盛りを迎えます。

新たにスタートする季節を旬の野菜とともに楽しみください。

ブランド水 山崎玉川上水

	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)	4月19日(日)
朝食	パン 肉団子と野菜のスープ 白菜のサラダ フルーツ 牛乳	御飯 オムレツ キャベツのおかか和え フルーツ 味噌汁 牛乳	御飯 お魚ソーセージの炒め物 小松菜の磯和え たいみそ 味噌汁 牛乳	御飯 目玉焼き ブロッコリーの和え物 フルーツ 味噌汁 牛乳	パン ベーコンと野菜の炒め物 フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 はんぺん煮 マカロニサラダ フルーツ 味噌汁 牛乳	御飯 炒り卵 いんげんのからし和え ふりかけ 味噌汁 牛乳
	130kcal 糖質*18.6g 脂質*2.28g 食塩相:2.5g	130kcal 糖質*15.6g 脂質*1.22g 食塩相:2.0g	130kcal 糖質*14.4g 脂質*1.14g 食塩相:2.5g	130kcal 糖質*19.5g 脂質*1.61g 食塩相:1.9g	130kcal 糖質*14.9g 脂質*1.47g 食塩相:2.4g	130kcal 糖質*15.3g 脂質*1.56g 食塩相:2.4g	130kcal 糖質*18.9g 脂質*1.66g 食塩相:2.2g
昼食	【ご当地：栃木県】 ポテト入り焼きそば にらの卵焼き いちごミルクプリン 中華スープ	御飯 鶏肉の竜田焼き 南瓜の煮物 漬物 味噌汁	サンドイッチ 根菜のコンソメ煮 ピクルス ポタージュ	御飯 豆腐ハンバーグ 甘味噌だれ なすの田舎煮 白菜の大葉風味 すまし汁	五目チャーハン 春巻き ゼリー入りフルーツポンチ わかめスープ	きつねそば さつま芋のバターソテー おくらとツナの和え物	チキンカレー 福神漬け 盛り合わせサラダ りんごヨーグルト
	130kcal 糖質*19.5g 脂質*1.41g 食塩相:4.0g	130kcal 糖質*17.0g 脂質*1.55g 食塩相:2.4g	130kcal 糖質*13.0g 脂質*2.15g 食塩相:3.1g	130kcal 糖質*13.7g 脂質*1.59g 食塩相:2.7g	130kcal 糖質*12.4g 脂質*2.21g 食塩相:3.4g	130kcal 糖質*17.7g 脂質*1.06g 食塩相:3.0g	130kcal 糖質*14.6g 脂質*1.57g 食塩相:2.6g
おやつ	ようかん	ロールケーキ (バニラ)	ドーナツ	パンナコッタ	塩まんじゅう	抹茶ゼリー 黒蜜ソース	パウムクーヘン (チョコ)
	100kcal 糖質*1.5g 脂質*0.1g 食塩相:0.0g	95kcal 糖質*1.3g 脂質*3.9g 食塩相:0.1g	114kcal 糖質*1.7g 脂質*5.5g 食塩相:0.2g	79kcal 糖質*2.0g 脂質*2.3g 食塩相:0.1g	66kcal 糖質*1.2g 脂質*0.1g 食塩相:0.2g	45kcal 糖質*0.2g 脂質*0.0g 食塩相:0.0g	81kcal 糖質*1.4g 脂質*3.5g 食塩相:0.1g
夕食	御飯 赤魚の幽庵焼き 菜の花のさっと煮 わさび豆腐 味噌汁	太巻き寿司・いなり寿司 里芋の肉味噌だれ ほうれん草のごま和え すまし汁	御飯 トンカツ 筍のゆず胡椒炒め もやしと水菜のしらす和え 味噌汁	御飯 助宗たらのマヨネーズ焼き 金平ごぼう ちんげん菜のささみ和え 味噌汁	御飯 鶏肉のグリル おろしポン酢 大豆の炒り煮 胡瓜の塩麴和え 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 切り昆布の煮物 煮豆 味噌汁	御飯 さわらの揚げ浸し 春雨とイカの炒め物 大根のさっぱり和え 味噌汁
	130kcal 糖質*22.3g 脂質*7.0g 食塩相:2.5g	130kcal 糖質*16.4g 脂質*10.5g 食塩相:3.2g	130kcal 糖質*13.8g 脂質*15.0g 食塩相:3.1g	130kcal 糖質*21.0g 脂質*12.7g 食塩相:2.2g	130kcal 糖質*23.8g 脂質*18.3g 食塩相:2.9g	130kcal 糖質*21.5g 脂質*18.0g 食塩相:2.9g	130kcal 糖質*22.5g 脂質*17.9g 食塩相:2.3g

※仕入れの状況によりメニューが変更になる場合がございます。

4月 献立表



新年度のスタートです

肌寒い季節が過ぎ、うららかな暖かい季節となりました。
入学式や新年度といった新たなはじまりの月でもある4月には
新玉ねぎなどの“新”とつく野菜が盛りを迎えます。
新たにスタートする季節を旬の野菜とともに楽しみてください。

ブランド-107玉川上水

	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)	4月24日(金)	4月25日(土)	4月26日(日)
朝食	パン ツナと野菜のソテー フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 ちくわの煮物 水菜のごまドレ和え 漬物 味噌汁 牛乳	御飯 ハムエッグ かぶの和え物 フルーツ 味噌汁 牛乳	御飯 ウインナーといんげんの炒め物 キャベツと油揚げのお浸し たいみそ 味噌汁 牛乳	パン スクランブルエッグ フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 ベーコンと野菜の炒め物 ブロッコリーのマヨ和え 梅干し 味噌汁 牛乳	御飯 五目しんじょうの煮物 ポテトサラダ フルーツ 味噌汁 牛乳
	I総計:458kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:14.9g 脂質*:20.9g 食塩相:2.3g	I総計:441kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:17.6g 脂質*:9.7g 食塩相:2.9g	I総計:524kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:19.3g 脂質*:16.3g 食塩相:2.0g	I総計:486kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:15.7g 脂質*:14.6g 食塩相:2.6g	I総計:497kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:19.1g 脂質*:24.1g 食塩相:2.5g	I総計:485kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:15.2g 脂質*:17.9g 食塩相:2.7g	I総計:501kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:13.7g 脂質*:12.8g 食塩相:2.1g
昼食	鮭とまぐろのねぎとろ丼 がんもの炊き合わせ ちんげん菜のくるみ和え すまし汁	御飯 あじの梅葱ソース 筍の甘辛炒め フルーツ(パイン) 味噌汁	【セレクト食】 麻婆なす 八宝菜 かに風味焼売 わかめともやしのナムル 中華スープ	ツナのトマトスパゲティ グリル野菜のマスタードソース フルーツムース 大麦のスープ	御飯 めばるの味噌漬け焼き 切干大根の煮物 小松菜の生姜和え すまし汁	ライス チキンのクリームシチュー コーンサラダ グレープゼリー	御飯 卵と海老の旨塩炒め 南瓜の含め煮 白菜の磯和え 味噌汁
	I総計:442kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:18.3g 脂質*:12.4g 食塩相:2.9g	I総計:457kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:21.0g 脂質*:10.4g 食塩相:3.0g	I総計:549kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:13.2g 脂質*:23.5g 食塩相:3.2g I総計:444kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:18.3g 脂質*:10.5g 食塩相:3.3g	I総計:406kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:14.7g 脂質*:11.0g 食塩相:2.7g	I総計:437kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:22.0g 脂質*:7.6g 食塩相:2.7g	I総計:585kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:16.9g 脂質*:17.9g 食塩相:2.0g	I総計:448kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:18.6g 脂質*:9.3g 食塩相:2.9g
おやつ	コーヒーサンドモカ	人形焼き	紅茶ゼリー生クリーム添え	ロールケーキ(チョコ)	カステラ	黒糖まんじゅう	やわらか杏仁
	I総計:128kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:1.9g 脂質*:4.7g 食塩相:0.1g	I総計:72kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:1.4g 脂質*:1.3g 食塩相:0.0g	I総計:46kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:0.4g 脂質*:1.4g 食塩相:0.0g	I総計:95kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:1.5g 脂質*:3.6g 食塩相:0.1g	I総計:83kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:1.7g 脂質*:1.0g 食塩相:0.0g	I総計:66kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:1.3g 脂質*:0.1g 食塩相:0.0g	I総計:79kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:2.2g 脂質*:2.3g 食塩相:0.1g
夕食	御飯 つくね焼き キャベツのさっと煮 浅漬け 味噌汁	【からだ元気:筋力アップ】 ひじき御飯 鶏肉の味噌菜種焼き じゃが芋の小海老あん 菜の花としめじの和え物 すまし汁	御飯 あぶらかれの煮付け ピーマンとささみの塩炒め 冷奴 味噌汁	御飯 チキン南蛮 里芋の白煮 胡瓜の旨だし和え 味噌汁	御飯 牛肉豆腐 れんこんの山椒金平 漬物 味噌汁	御飯 さばのみりん醤油焼き かぶの薄くす煮 白和え 味噌汁	御飯 酢豚 ちんげん菜の旨煮 即席漬け 中華スープ
	I総計:522kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:15.7g 脂質*:18.0g 食塩相:3.1g	I総計:586kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:23.4g 脂質*:21.8g 食塩相:3.3g	I総計:437kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:24.6g 脂質*:6.2g 食塩相:2.7g	I総計:594kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:18.3g 脂質*:26.5g 食塩相:2.7g	I総計:485kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:17.2g 脂質*:15.1g 食塩相:2.6g	I総計:604kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:23.0g 脂質*:27.2g 食塩相:2.6g	I総計:516kcal ｸﾞﾗﾌﾞ ｸﾞ:16.7g 脂質*:17.0g 食塩相:2.9g

※仕入れの状況によりメニューが変更になる場合がございます。

4月 献立表



新年度のスタートです

肌寒い季節が過ぎ、うららかな暖かい季節となりました。
 入学式や新年度といった新たなはじまりの月でもある4月には
 新玉ねぎなどの“新”とつく野菜が盛りを迎えます。
 新たにスタートする季節を旬の野菜とともに楽しみください。

ブランド水 玉川上水

	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)
朝食	パン 炒り卵 フルーツ コンソメスープ 牛乳	御飯 お魚ソーセージのソテー 水菜とかぶの和え物 フルーツ 味噌汁 牛乳	御飯 厚揚げの煮物 大根サラダ たいみそ 味噌汁 牛乳	御飯 目玉焼き いんげんの和え物 フルーツ 味噌汁 牛乳			
	1人分:483kcal 糖質:18.9g 脂質:17.5g 食塩相:2.3g	1人分:471kcal 糖質:14.7g 脂質:11.3g 食塩相:2.2g	1人分:486kcal 糖質:17.3g 脂質:11.7g 食塩相:2.1g	1人分:507kcal 糖質:18.7g 脂質:16.1g 食塩相:1.9g			
昼食	挽肉と豆のカレーライス 福神漬け コールスロー ヨーグルト(ブルーベリーソース)	たっぷりわかめのたぬきうどん 里芋の田楽 枝豆腐	【昭和の日】 オムライス フレンチサラダ クリームあんみつ マカロニのスープ	御飯 あじフライ 小松菜の煮浸し ゆかり和え 味噌汁			
	1人分:549kcal 糖質:19.6g 脂質:18.6g 食塩相:2.8g	1人分:363kcal 糖質:11.2g 脂質:8.4g 食塩相:3.1g	1人分:496kcal 糖質:11.8g 脂質:10.2g 食塩相:3.1g	1人分:500kcal 糖質:15.5g 脂質:14.9g 食塩相:2.6g			
おやつ	エクレア	いちごスペシャル	蒸しパン(抹茶)	抹茶ようかん			
	1人分:86kcal 糖質:1.3g 脂質:6.3g 食塩相:0.1g	1人分:127kcal 糖質:1.8g 脂質:4.3g 食塩相:0.1g	1人分:47kcal 糖質:1.1g 脂質:1.3g 食塩相:0.1g	1人分:67kcal 糖質:2.9g 脂質:0.3g 食塩相:0.0g			
夕食	御飯 さわらのしそ香り焼き 大根のかにかまあん トマトとおくらの和え物 味噌汁	御飯 鶏肉のゆず胡椒だれ なすの南蛮酢 ほうれん草のしらす和え 味噌汁	御飯 豚肉のごま炒め 切り昆布の煮物 白菜のからし和え 味噌汁	御飯 チキンローフ ごぼうと白滝のしぐれ炒め もろきゅう風 すまし汁			
	1人分:439kcal 糖質:23.3g 脂質:9.8g 食塩相:2.5g	1人分:544kcal 糖質:18.3g 脂質:21.7g 食塩相:2.3g	1人分:457kcal 糖質:17.7g 脂質:14.7g 食塩相:2.9g	1人分:483kcal 糖質:18.4g 脂質:12.7g 食塩相:3.1g			

※仕入れの状況によりメニューが変更になる場合がございます。