

献立表

鉄欠乏性贫血食

		2025/3/1	2025/3/2	2025/3/3	2025/3/4	2025/3/5	2025/3/6	2025/3/7
朝	A定食	米飯200 味噌汁 茄子の煮浸し ポロソーセージ たまごふりかけ まめびよ(イコ)	米飯200 味噌汁 長芋の梅風味和え 冷奴 牛乳 200	米飯200 味噌汁 鮭の塩焼き ミートボール まめびよ(イコ)	米飯200 味噌汁 中華風野菜炒め 枝豆 ジョア(マスカット)	クロワッサン 2個 メイプルジャム ブロッコリーと人参のスー ほうれん草のバター お魚ソーセージ まめびよ(イコ)	米飯200 味噌汁 大根と竹輪の金平 お魚ソーセージ かつおふりかけ 牛乳 200	米飯200 味噌汁 ブロッコリーの卵あんかけ ポロソーセージ まめびよ(コア)
		エネルギー 561 kcal たんぱく質 13.2 g 脂質 13.7 g 食塩相当量 3.4 g	エネルギー 591 kcal たんぱく質 22.6 g 脂質 12.2 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 568 kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 11.7 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 522 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 6.7 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 625 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 30.9 g 食塩相当量 4.3 g	エネルギー 622 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 14.4 g 食塩相当量 3.6 g	エネルギー 595 kcal たんぱく質 19.5 g 脂質 15.7 g 食塩相当量 2.7 g
昼	A定食	米飯200 豚肉の玉葱ソース 付)スナップエンドウ ポトフ アサリと小松菜バター炒め りんご	米飯200 アジフライ 付)キャベツ 小袋ソース 白菜のおひたし 枝豆の和風マヨ和え ぶどう缶	米飯200 鶏肉の塩麹唐揚げ 付)ブロッコリー 菜の花の練りゴマ和え 酸辣湯スープ リンゴのコンポート	米飯200 バラ肉の油淋鶏ソース グリーンサラダ 香りゴマドレッシング ほうれん草の卵ソテー パイン缶	米飯200 白身魚のフライ 付)ミックスベジタブル 小袋タルタルソース インゲンのごまマヨ和え クラムチャウダー 洋梨缶	米飯200 豚肉の生姜炒め 付)キャベツ 白菜と大葉の和え物 アサリと小松菜バター炒め りんご	そば240 肉そば 麵つゆ 小袋七味 焼売 枝豆の和風マヨ和え 洋梨缶
		エネルギー 824 kcal たんぱく質 21.1 g 脂質 36.2 g 食塩相当量 3.5 g	エネルギー 819 kcal たんぱく質 24.5 g 脂質 28.1 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 809 kcal たんぱく質 27.0 g 脂質 20.1 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 906 kcal たんぱく質 26.2 g 脂質 45.3 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 848 kcal たんぱく質 24.1 g 脂質 32.7 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 728 kcal たんぱく質 17.6 g 脂質 28.3 g 食塩相当量 2.7 g	エネルギー 885 kcal たんぱく質 32.8 g 脂質 37.7 g 食塩相当量 6.6 g
夕	A定食	米飯200 鯖の生姜煮 付)インゲン ブロッコリーの味噌マヨ和え 洋梨ジュース	米飯200 回鍋肉 春雨の和えもの ココア	米飯200 鯖の唐揚げ 付)花人参 ほうれん草ソテー 洋梨ジュース	米飯200 赤魚の柚子風味焼き 付)きぬさや 里芋の鶏そぼろ みかんジュース	米飯200 唐揚げのチリソース 白菜サラダ ゆず醤油ドレッシング きなこジュース	米飯200 チキンのマヨマスタート焼き 付)グランチ コーンサラダ 黄桃ジュース	米飯200 鯖の唐揚げ 付)大葉 青梗菜のゴマ和え きなこジュース
		エネルギー 782 kcal たんぱく質 24.8 g 脂質 28.8 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 770 kcal たんぱく質 25.3 g 脂質 26.1 g 食塩相当量 2.8 g	エネルギー 792 kcal たんぱく質 23.0 g 脂質 31.5 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 674 kcal たんぱく質 26.3 g 脂質 11.0 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 661 kcal たんぱく質 21.6 g 脂質 19.6 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 765 kcal たんぱく質 26.8 g 脂質 27.6 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 669 kcal たんぱく質 32.6 g 脂質 18.3 g 食塩相当量 2.5 g
栄養価	A定食	エネルギー 2166 kcal たんぱく質 59 g 脂質 78.7 g 食塩相当量 9 g	エネルギー 2180 kcal たんぱく質 72.4 g 脂質 66.4 g 食塩相当量 8.3 g	エネルギー 2169 kcal たんぱく質 71.4 g 脂質 63.3 g 食塩相当量 7.7 g	エネルギー 2103 kcal たんぱく質 70.4 g 脂質 63 g 食塩相当量 8 g	エネルギー 2135 kcal たんぱく質 63.7 g 脂質 83.2 g 食塩相当量 8.9 g	エネルギー 2116 kcal たんぱく質 63.2 g 脂質 70.3 g 食塩相当量 8.3 g	エネルギー 2148 kcal たんぱく質 85 g 脂質 71.7 g 食塩相当量 11.7 g

* 献立は都合により変更する場合があります。

献立表

鉄欠乏性贫血食

		2025/3/8	2025/3/9	2025/3/10	2025/3/11	2025/3/12	2025/3/13	2025/3/14
朝	A定食	米飯200 味噌汁 筑前煮 温泉卵 牛乳 200	米飯200 味噌汁 茄子の煮浸し お魚ソーセージ まめびよ(イコ)	米飯200 味噌汁 大根の煮付け ピリ辛焼きビーフン 野菜ふりかけ 牛乳 200	米飯200 味噌汁 インゲンとツナの胡麻和え ミートボール しそふりかけ まめびよ(イコ)	クロワッサン 2個 りんごジャム ミネストローネ エビのサラダ お魚ソーセージ ジョア(マスカット)	米飯200 味噌汁 ブロッコリーの明太マヨ和え ポイルソーゼ(ケチャップ) まめびよ(コア)	米飯200 味噌汁 だし巻き玉子 冷奴 ジョア(マスカット)
		エネルギー 664 kcal	エネルギー 603 kcal	エネルギー 639 kcal	エネルギー 579 kcal	エネルギー 575 kcal	エネルギー 631 kcal	エネルギー 572 kcal
		たんぱく質 23.7 g	たんぱく質 16.3 g	たんぱく質 19.0 g	たんぱく質 15.9 g	たんぱく質 22.1 g	たんぱく質 18.2 g	たんぱく質 23.6 g
		脂質 18.5 g	脂質 15.1 g	脂質 13.2 g	脂質 12.0 g	脂質 21.9 g	脂質 19.8 g	脂質 11.2 g
	食塩相当量 3.2 g	食塩相当量 3.1 g	食塩相当量 3.9 g	食塩相当量 3.2 g	食塩相当量 4.0 g	食塩相当量 3.3 g	食塩相当量 3.2 g	
昼	A定食	米飯200 白身魚の外焼き 付)粉ふきいも 人参サラダ アサリと小松菜バター炒め バナナ	米飯200 オープンオムレツ 付)ブロッコリー 野菜のトマト煮込み クラムチャウダー みかん缶	米飯200 カツとじ風 のり和え 酸辣湯スープ りんご	米飯200 鮭の揚げおろし 茄子の煮浸し アサリと小松菜バター炒め カルビステーキ	米飯200 豚バラ大根 白菜サラダ 香りゴマドレッシング 黄桃缶 きなこヨーグルト	米飯200 揚げ鱈の甘味噌あん 付)キャベツ インゲンの胡麻マヨ和え バナナ あさりのピリ辛スープ	ラーメン250 塩だし 焼売 枝豆の和風マヨ和え 蜂蜜レモンゼリー
		エネルギー 733 kcal	エネルギー 837 kcal	エネルギー 683 kcal	エネルギー 723 kcal	エネルギー 764 kcal	エネルギー 728 kcal	エネルギー 868 kcal
		たんぱく質 22.4 g	たんぱく質 26.0 g	たんぱく質 23.0 g	たんぱく質 29.2 g	たんぱく質 19.4 g	たんぱく質 24.9 g	たんぱく質 34.8 g
		脂質 23.9 g	脂質 25.9 g	脂質 12.5 g	脂質 20.9 g	脂質 31.4 g	脂質 22.7 g	脂質 30.0 g
	食塩相当量 2.9 g	食塩相当量 3.9 g	食塩相当量 4.4 g	食塩相当量 3.1 g	食塩相当量 1.3 g	食塩相当量 2.6 g	食塩相当量 6.6 g	
夕	A定食	米飯200 クリームシチュー グリーンサラダ 小袋マヨネーズ 白桃ジュース	米飯200 揚げ魚の銀あんかけ 木の草の胡麻マヨ和え きなこジュース	米飯200 麻婆豆腐 もやしのサラダ 香りゴマドレッシング 黄桃ジュース	米飯200 ピザトコノ サラダ 小袋マヨネーズ みかんジュース	米飯200 そぼろ味噌豆腐 そぼろ味噌だれ ほうれん草のマヨ炒め ココア	米飯200 親子煮 茄子の和風炒め バナナジュース	米飯200 白身魚のピカタ 付)ブロッコリー ポトフ きなこジュース
		エネルギー 745 kcal	エネルギー 681 kcal	エネルギー 781 kcal	エネルギー 804 kcal	エネルギー 786 kcal	エネルギー 744 kcal	エネルギー 683 kcal
		たんぱく質 20.9 g	たんぱく質 25.0 g	たんぱく質 27.6 g	たんぱく質 18.7 g	たんぱく質 27.7 g	たんぱく質 27.0 g	たんぱく質 27.0 g
		脂質 25.9 g	脂質 20.5 g	脂質 28.5 g	脂質 35.3 g	脂質 30.3 g	脂質 23.6 g	脂質 17.3 g
	食塩相当量 2.1 g	食塩相当量 2.2 g	食塩相当量 1.9 g	食塩相当量 1.7 g	食塩相当量 1.7 g	食塩相当量 2.6 g	食塩相当量 2.8 g	
栄養価	A定食	エネルギー 2142 kcal	エネルギー 2121 kcal	エネルギー 2102 kcal	エネルギー 2106 kcal	エネルギー 2124 kcal	エネルギー 2103 kcal	エネルギー 2123 kcal
		たんぱく質 67 g	たんぱく質 67.3 g	たんぱく質 69.6 g	たんぱく質 63.8 g	たんぱく質 69.2 g	たんぱく質 70.2 g	たんぱく質 85.5 g
		脂質 68.4 g	脂質 61.5 g	脂質 54.3 g	脂質 68.2 g	脂質 83.6 g	脂質 66.1 g	脂質 58.5 g
		食塩相当量 8.1 g	食塩相当量 9.3 g	食塩相当量 10.2 g	食塩相当量 8 g	食塩相当量 7.1 g	食塩相当量 8.5 g	食塩相当量 12.6 g

* 献立は都合により変更する場合があります。

献立表

鉄欠乏性贫血食

		2025/3/15	2025/3/16	2025/3/17	2025/3/18	2025/3/19	2025/3/20	2025/3/21
朝	A定食	米飯200 味噌汁 白菜の煮物 お魚ソーセージ まめびよ(ｲﾝｺﾞ)	米飯200 味噌汁 おかかか 冷奴 ジョア(マスカット)	米飯200 味噌汁 かぼちゃのあんかけ まめびよ(ｲﾝｺﾞ)	米飯200 味噌汁 大根の煮物 牛乳 200	クロワッサン 2個 ピーナツクリーム 白菜の中華スープ バター醤油炒め ゆで卵(塩つき) まめびよ(ｺｺｱ)	米飯200 味噌汁 玉子焼き お魚ソーセージソテー うめびしお ジョア(マスカット)	米飯200 味噌汁 白菜とゆずの和え物 冷奴 まめびよ(ｲﾝｺﾞ)
		エネルギー 566 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 9.3 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 534 kcal たんぱく質 21.7 g 脂質 8.0 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 544 kcal たんぱく質 13.6 g 脂質 6.9 g 食塩相当量 2.5 g	エネルギー 520 kcal たんぱく質 14.8 g 脂質 9.1 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 593 kcal たんぱく質 19.0 g 脂質 29.8 g 食塩相当量 4.0 g	エネルギー 545 kcal たんぱく質 17.2 g 脂質 9.8 g 食塩相当量 3.1 g	エネルギー 533 kcal たんぱく質 18.2 g 脂質 9.4 g 食塩相当量 3.0 g
昼	A定食	米飯200 スパニッシュオムレツ トマトソース サラダ 香りゴマドレッシング 黄桃缶 クラムチャウダー	米飯200 豚肉のすき煮 キャベツのマヨ和え ｱﾗｲﾝﾄﾞの白和え ぶどう缶	米飯200 赤魚の唐揚げ 付)キャベツ ｲﾝｺﾞの胡麻マヨ和え あさりのピリ辛スープ パイ缶	米飯200 煮込みハンバーグ 付)ｸﾞﾗｯﾁ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｷﾞﾗﾝﾄﾞﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ ｸﾗﾑﾁｬｳﾀﾞｰ 洋梨缶コンポート	米飯200 そばろ入り玉子焼き 付)大葉 ｱｽﾞﾜの胡麻マヨ和え 小松菜のお浸し 黄桃缶	米飯200 八宝菜 もやしナムル 醤油マヨ和え りんご	きしめん350 麺具(きつね) 麵つゆ 小袋七味 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾀﾅの和え物 ｱﾗｲﾝﾄﾞと小松菜ﾊﾞﾀｰ炒め 洋梨缶
		エネルギー 795 kcal たんぱく質 24.0 g 脂質 23.5 g 食塩相当量 5.0 g	エネルギー 805 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 31.2 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 627 kcal たんぱく質 22.9 g 脂質 15.6 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 900 kcal たんぱく質 23.7 g 脂質 20.6 g 食塩相当量 4.2 g	エネルギー 691 kcal たんぱく質 24.9 g 脂質 20.8 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 801 kcal たんぱく質 33.8 g 脂質 29.4 g 食塩相当量 4.2 g	エネルギー 713 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 19.7 g 食塩相当量 7.1 g
夕	A定食	米飯200 豚と野菜の和風煮 ごま酢和え みかんジュース	米飯200 鯖のみりん揚げ 付)ｲﾝｺﾞ 金平ごぼう 白桃ジュース	米飯200 青椒肉絲 もやしサラダ 黄桃ジュース	米飯200 タンドリーチキン 付け合わせ 人参サラダ バナナジュース	米飯200 豚肉のごま味噌炒め わさび醤油和え きなこジュース	米飯200 豚と野菜の和風煮 白和え 白桃ジュース	米飯200 鯖の立田揚げ 付)長ネギ 茄子ﾋｰﾏﾝの味噌炒め 黄桃ジュース
		エネルギー 810 kcal たんぱく質 22.4 g 脂質 35.1 g 食塩相当量 2.0 g	エネルギー 814 kcal たんぱく質 22.3 g 脂質 29.8 g 食塩相当量 2.0 g	エネルギー 850 kcal たんぱく質 23.4 g 脂質 37.0 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 779 kcal たんぱく質 30.8 g 脂質 27.3 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 835 kcal たんぱく質 25.9 g 脂質 35.7 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 775 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 30.9 g 食塩相当量 2.0 g	エネルギー 855 kcal たんぱく質 22.8 g 脂質 36.0 g 食塩相当量 2.2 g
栄養価	A定食	エネルギー 2171 kcal たんぱく質 61.7 g 脂質 67.9 g 食塩相当量 10.3 g	エネルギー 2153 kcal たんぱく質 64.3 g 脂質 69 g 食塩相当量 7.6 g	エネルギー 2021 kcal たんぱく質 59.9 g 脂質 59.6 g 食塩相当量 6.9 g	エネルギー 2199 kcal たんぱく質 69.3 g 脂質 57 g 食塩相当量 9.7 g	エネルギー 2118 kcal たんぱく質 69.8 g 脂質 86.4 g 食塩相当量 10.1 g	エネルギー 2121 kcal たんぱく質 72.9 g 脂質 70.1 g 食塩相当量 9.3 g	エネルギー 2101 kcal たんぱく質 69 g 脂質 65.1 g 食塩相当量 12.3 g

* 献立は都合により変更する場合があります。

献立表

鉄欠乏性贫血食

		2025/3/22	2025/3/23	2025/3/24	2025/3/25	2025/3/26	2025/3/27	2025/3/28
朝	A定食	米飯200 味噌汁 大根のごまマヨ和え ホイルソーセージ(ケチャップ) 牛乳 200	米飯200 味噌汁 ホウレン草の味噌マヨ和え ホイルソーセージ(ケチャップ) まめびよ(コア)	米飯200 味噌汁 ブロッコリーの炒め物 冷奴 ジョア(マスカット)	米飯200 味噌汁 だし巻き玉子 ソーセージ しそふりかけ まめびよ(イゴ)	ロールパン 2個 ミックスジャム ミネストローネ 彩りサラダ サザンアイトドレッシング ゆで卵(塩つき) 牛乳 200	米飯200 味噌汁 大根の煮付け お魚ソーセージ まめびよ(コア)	米飯200 味噌汁 野菜ソテー 冷奴 ジョア(マスカット)
		エネルギー 663 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 24.6 g 食塩相当量 2.7 g	エネルギー 614 kcal たんぱく質 14.9 g 脂質 19.9 g 食塩相当量 2.7 g	エネルギー 545 kcal たんぱく質 22.0 g 脂質 8.5 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 622 kcal たんぱく質 17.4 g 脂質 18.7 g 食塩相当量 3.8 g	エネルギー 649 kcal たんぱく質 24.3 g 脂質 27.0 g 食塩相当量 3.6 g	エネルギー 564 kcal たんぱく質 15.7 g 脂質 9.6 g 食塩相当量 3.6 g	エネルギー 597 kcal たんぱく質 21.1 g 脂質 14.3 g 食塩相当量 3.1 g
昼	A定食	米飯200 唐揚げ 付)キャベツ 白菜サラダ 香りゴマドレッシング アサリとホウレン草の白和え パン缶	米飯200 揚げ鯖の甘辛タレ 付)大葉 水菜とツナのサラダ ゆず醤油ドレッシング きなこヨーグルト バナナ	米飯200 赤魚のねぎ味噌焼き 付)大葉 茄子の煮物 枝豆の和風マヨ和え 洋梨缶	米飯200 メンチカツ 付)キャベツ 小袋ウスターソース カラワサラダ サザンアイトドレッシング アサリとホウレン草の白和え りんご缶	米飯200 鯖の唐揚げ 付)インゲン胡麻和え 根菜の煮物 アサリと小松菜バター炒め バナナ	米飯200 チキンのクリームソース クリームソース コールスロー あさりのピリ辛スープ りんご缶	うどん350 鶏あんかけうどん 焼売 枝豆の和風マヨ和え オレンジ
		エネルギー 856 kcal たんぱく質 33.6 g 脂質 35.4 g 食塩相当量 3.0 g	エネルギー 862 kcal たんぱく質 25.8 g 脂質 32.5 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 738 kcal たんぱく質 28.3 g 脂質 21.9 g 食塩相当量 3.1 g	エネルギー 797 kcal たんぱく質 25.1 g 脂質 26.5 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 742 kcal たんぱく質 29.0 g 脂質 18.4 g 食塩相当量 3.1 g	エネルギー 763 kcal たんぱく質 25.7 g 脂質 29.2 g 食塩相当量 3.4 g	エネルギー 827 kcal たんぱく質 31.5 g 脂質 28.6 g 食塩相当量 6.8 g
夕	A定食	米飯200 白身魚の山椒焼き 付)インゲン 里芋の土佐煮 ココア	米飯200 鶏の照り焼き風炒め 付)ししとう 小松菜の辛子醤油和え 洋梨ジュース	米飯200 豚肉の香味野菜炒め インゲンの練り胡麻和え きなこジュース	米飯200 豆腐と春雨の中華煮 青梗菜の中華炒め 黄桃ジュース	米飯200 油淋鶏 付)キャベツ 白菜のサラダ みかんジュース	米飯200 豚肉の甘辛炒め 茄子のみぞれ煮 白桃ジュース	米飯200 カレイのバター焼き 白菜と白滝の生姜煮 きなこジュース
		エネルギー 615 kcal たんぱく質 24.0 g 脂質 8.1 g 食塩相当量 2.7 g	エネルギー 654 kcal たんぱく質 25.4 g 脂質 15.3 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 820 kcal たんぱく質 25.0 g 脂質 36.1 g 食塩相当量 2.7 g	エネルギー 682 kcal たんぱく質 22.0 g 脂質 19.2 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 738 kcal たんぱく質 22.1 g 脂質 26.9 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 854 kcal たんぱく質 20.1 g 脂質 38.0 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 690 kcal たんぱく質 22.2 g 脂質 26.6 g 食塩相当量 1.8 g
栄養価	A定食	エネルギー 2133 kcal たんぱく質 73.4 g 脂質 68.1 g 食塩相当量 8.3 g	エネルギー 2130 kcal たんぱく質 66.1 g 脂質 67.6 g 食塩相当量 7.4 g	エネルギー 2104 kcal たんぱく質 75.3 g 脂質 66.5 g 食塩相当量 8.8 g	エネルギー 2101 kcal たんぱく質 64.5 g 脂質 64.4 g 食塩相当量 9.4 g	エネルギー 2128 kcal たんぱく質 75.4 g 脂質 72.3 g 食塩相当量 8.3 g	エネルギー 2181 kcal たんぱく質 61.5 g 脂質 76.8 g 食塩相当量 8.9 g	エネルギー 2114 kcal たんぱく質 74.9 g 脂質 69.5 g 食塩相当量 11.8 g

* 献立は都合により変更する場合があります。

献 立 表

鉄欠乏性貧血食

		2025/3/29	2025/3/30	2025/3/31					
朝	A定食	米飯200 味噌汁 茄子の煮浸し ポイルソーゼン たまごふりかけ まめびよ(仔コ)	米飯200 味噌汁 長芋の梅風味和え 冷奴 牛乳 200	米飯200 味噌汁 鮭の塩焼き ポイルソーゼン まめびよ(仔コ)					
		エネルギー 561 kcal たんぱく質 13.2 g 脂 質 13.7 g 食塩相当量 3.4 g	エネルギー 591 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 12.2 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 593 kcal たんぱく質 20.8 g 脂 質 17.7 g 食塩相当量 2.5 g					
昼	A定食	米飯200 豚肉の玉葱ソース 付) スナップエンドウ ポトフ アサリと小松菜バター炒め りんご	米飯200 アジフライ 付) キャベツ 小袋ソース 白菜のおひたし 枝豆の和風マヨ和え ぶどう缶	米飯200 中華風玉子焼き 甘酢あんかけ 焼売 酸辣湯スープ リンゴのコンポート					
		エネルギー 824 kcal たんぱく質 21.1 g 脂 質 36.2 g 食塩相当量 3.5 g	エネルギー 819 kcal たんぱく質 24.5 g 脂 質 28.1 g 食塩相当量 2.6 g	エネルギー 751 kcal たんぱく質 21.7 g 脂 質 13.8 g 食塩相当量 3.9 g					
夕	A定食	米飯200 鯖の生姜煮 付) インゲン ブロッコリーの味噌マヨ和え 洋梨ジュース	米飯200 回鍋肉 春雨の和えもの ココア	米飯200 鯖の唐揚げ 付) 花人参 ほうれん草ソテー 洋梨ジュース					
		エネルギー 782 kcal たんぱく質 24.8 g 脂 質 28.8 g 食塩相当量 2.1 g	エネルギー 770 kcal たんぱく質 25.3 g 脂 質 26.1 g 食塩相当量 2.8 g	エネルギー 792 kcal たんぱく質 23.0 g 脂 質 31.5 g 食塩相当量 1.8 g					
栄養価	A定食	エネルギー 2166 kcal たんぱく質 59 g 脂 質 78.7 g 食塩相当量 9 g	エネルギー 2180 kcal たんぱく質 72.4 g 脂 質 66.4 g 食塩相当量 8.3 g	エネルギー 2136 kcal たんぱく質 65.5 g 脂 質 62.9 g 食塩相当量 8.2 g					

* 献立は都合により変更する場合があります。