

	3/1(日)		3/2(月)		3/3(火)		3/4(水)		3/5(木)											
	<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>											
あ	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食										
	ごはん みそ汁(玉ねぎ) 温泉卵 菜の花のゆば和え やさいふりかけ 牛乳	パン ミートローフ(ポテトサラダ入り) 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(キャベツ) 焼魚(ほっけ) 野菜の白和え たまごふりかけ 牛乳	パン スペイン風オムレツ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(大根) 卵とじ(玉ねぎ) 小松菜のお浸し やさいふりかけ 牛乳	パン ロールキャベツのミネストローネ風 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(白菜) 西京焼(さわら) やわらかオクラとひじきのおかか和え のりごまふりかけ 牛乳	パン オムレツ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(キャベツ) 目玉焼 野菜の白和え やさいふりかけ 牛乳	パン チキンボールクリーム煮 牛乳 野菜ジュース										
さ	ごはん かれいのムニエル 付合(ほうれん草) 炒め煮(鶏肉) みたらし風		ごはん 鶏肉のトマト煮込み(90) 付合(じゃがいも) 茄子みそ炒め(豚ひき) フルーツポンチ(杏仁)		散らし寿司(穴子) マヨネーズ和え(チンゲン菜) フルーツ(オレンジ) 		ごはん とり肉ピザ風(鶏もも) 付合(ブロッコリー) さつま芋サラダ(玉ねぎ) デザートムース		ごはん さけのみそマヨ焼き 付合(大根) なすの炒め煮(赤ピーマン) フルーツポンチ(杏仁)											
	よ	ごはん ワンタン汁(白菜) つくね煮 付合(小松菜) 茹ブロッコリー(錦糸卵)		ごはん かき玉汁(卵) 麻婆豆腐(豚ひき) くるみ和え(白菜)		ごはん みそ汁(玉ねぎ) 豚の照焼き 付合(アスパラ) うの花(こんにゃく)		ごはん 清汁(はんぺん) 五目玉子蒸し 付合(揚げなす) おろし和え(おくら)		ごはん 卵スープ 豚肉の韓国風炒め 茹でサラダ(カリフラワー)										
成分値		エネルギー	1774kcal	エネルギー	1765kcal	エネルギー	1828kcal	エネルギー	1811kcal	エネルギー	1848kcal	エネルギー	1710kcal	エネルギー	1820kcal	エネルギー	1853kcal	エネルギー	1815kcal	エネルギー
	たんぱく質	72.8g	たんぱく質	65g	たんぱく質	74.4g	たんぱく質	67.3g	たんぱく質	66.3g	たんぱく質	61.9g	たんぱく質	71.9g	たんぱく質	65g	たんぱく質	66.7g	たんぱく質	70.1g
	脂質	39.1g	脂質	55.7g	脂質	39.2g	脂質	50.2g	脂質	51.8g	脂質	52.1g	脂質	46.9g	脂質	68.1g	脂質	48.2g	脂質	69.5g
	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.7g	食塩相当量	6.3g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	6.7g	食塩相当量	7.2g	食塩相当量	7g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.8g	食塩相当量	6.7g

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

	3/6(金)		3/7(土)		3/8(日)		3/9(月)		3/10(火)											
	＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞		＜選べるメニュー＞											
あ	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食										
	ごはん みそ汁(大根) 豆腐そぼろ煮(冷凍豆腐) 小松菜のお浸し たまごふりかけ 牛乳	パン スクランブルエッグ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(なす) 卵とじ(玉ねぎ) 菜の花のゆば和え のりごまふりかけ 牛乳	パン キッシュ温野菜添え 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(白菜) 幽庵焼(さわら) モロヘイヤのお浸し やさいふりかけ 牛乳	パン ミートローフ(ポテトサラダ入り) 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(小松菜) 冷やっこ なす煮(ピーマン) たまごふりかけ 牛乳	パン スペイン風オムレツ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(白菜) 温泉卵 小松菜のみそ炒め やさいふりかけ 牛乳	パン ロールキャベツのミネストローネ風 牛乳 野菜ジュース										
ひ	ごはん	クリームシチュー(鶏もも) 付合(ブロッコリー) サラダ(レタス) フルーツ(オレンジ)	ごはん	金目みそ煮 付合(里芋) もずくの中華風サラダ デザートムース	ごはん	豚肉の生姜焼き 付合(アスパラ) サラダ(茹キャベツ) フルーツ(バナナ)	ごはん	さんまの生姜煮 付合(さつまいも) すき昆布(糸こんに) フルーツ(オレンジ)	ごはん	松風焼き 付合(さやいんげん) ひじき炒め フルーツポンチ(杏仁)										
	ごはん	みそ汁(かぶ) 梅干煮(あじ) 付合(ほうれん草) 南瓜サラダ(アスパラ)	ごはん	コンソメスープ(玉ねぎ) 煮込みハンバーグ(豚ひき) 付合(ブロッコリー) 春雨サラダ(さやいんげん)	あわごはん	みそ汁(板ふ) 鰯蒸し野菜あんかけ ごま和え(ブロッコリー)	ごはん	みそ汁(キャベツ) ポークチャップ(豚ロース90) 付合(ブロッコリー) ナムル(ほうれん草)	ごはん	みそ汁(玉ねぎ) さばみそ煮 付合(里芋) 揚げ茄子生姜醤油和え										
成分値	エネルギー	1801kcal	エネルギー	1833kcal	エネルギー	1804kcal	エネルギー	1756kcal	エネルギー	1811kcal	エネルギー	1814kcal	エネルギー	1820kcal	エネルギー	1807kcal	エネルギー	1847kcal	エネルギー	1729kcal
	たんぱく質	69g	たんぱく質	66g	たんぱく質	68.3g	たんぱく質	62.9g	たんぱく質	72.7g	たんぱく質	62.2g	たんぱく質	68.2g	たんぱく質	64.1g	たんぱく質	69.2g	たんぱく質	64.6g
	脂質	39.5g	脂質	61.5g	脂質	38.6g	脂質	50.3g	脂質	43.1g	脂質	61.3g	脂質	48.2g	脂質	58.9g	脂質	46.9g	脂質	46.1g
	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.3g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	5.8g	食塩相当量	5.2g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.7g	食塩相当量	5.5g	食塩相当量	6.2g

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

	3/11(水)		3/12(木)		3/13(金)		3/14(土)		3/15(日)											
	<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>											
あ	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食										
	ごはん みそ汁(豆腐) 卵豆腐 やわらかきんぴら のりごまふりかけ 牛乳	パン オムレツ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(里芋) 豆腐そぼろ煮(冷凍豆腐) 牛乳 オクラのおかか和え たまごふりかけ 牛乳	パン チキンボールクリーム煮 野菜ジュース	ごはん みそ汁(大根) 西京焼(さわら) 菜の花のゆば和え やさいふりかけ 牛乳	パン スクランブルエッグ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(ほうれん草) 温泉卵 くず煮(冬瓜) のりごまふりかけ 牛乳	パン キッシュ温野菜添え 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(大根) 豆腐くず煮(冷凍とうふ) やわらかごぼうサラダ たまごふりかけ 牛乳	パン ミートローフ(ポテトサラダ入り) 牛乳 野菜ジュース										
ひ	ごはん 鮭のポテト焼き 付合(チンゲン菜) くず煮(冬瓜) フルーツヨーグルト		ごはん 豚の照焼き 付合(キャベツ) 茹でアスパラ(和風) フルーツ(キウイ)		ごはん 海鮮八宝菜 春雨サラダ(卵) フルーツポンチ(杏仁)		ごはん ミートローフ(合挽肉) 付合(さやいんげん) ひじきのサラダ(胡瓜) フルーツ(バナナ)		ごはん かれい田楽 付合(里芋) サラダ(蒸し鶏) フルーツポンチ(生果物なし)											
	よ	ごはん みそ汁(大根) 鶏肉香り焼(鶏もも) 付合(小松菜) マカロニサラダ(カニカマ)		ごはん みそ汁(白菜) カレイ味噌マヨ焼き 付合(揚なす) ナムル(ほうれん草)		ごはん 卵スープ 鶏肉のレモン生姜蒸し90 付合(キャベツ) ごま和え(春菊)		ごはん みそ汁(キャベツ) 照焼(冷さば) 付合(オクラ) 茹でアスパラ(マヨ)		ごはん みそ汁(切ふ) 豚ヒレソテーマスタードソース添え 付合(ブロッコリー) 茹でサラダ(キャベツ)										
成分値		エネルギー	1804kcal	エネルギー	1789kcal	エネルギー	1773kcal	エネルギー	1817kcal	エネルギー	1779kcal	エネルギー	1788kcal	エネルギー	1828kcal	エネルギー	1837kcal	エネルギー	1822kcal	エネルギー
	たんぱく質	71.1g	たんぱく質	69.1g	たんぱく質	71g	たんぱく質	70.9g	たんぱく質	80.4g	たんぱく質	70.3g	たんぱく質	66.8g	たんぱく質	64.3g	たんぱく質	73.8g	たんぱく質	68.9g
	脂質	42.9g	脂質	61.1g	脂質	43g	脂質	64.2g	脂質	36.4g	脂質	56.2g	脂質	45g	脂質	59g	脂質	40.2g	脂質	48.2g
	食塩相当量	6.2g	食塩相当量	5.4g	食塩相当量	6g	食塩相当量	6.5g	食塩相当量	6.3g	食塩相当量	5.5g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.5g

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

	3/16(月)		3/17(火)		3/18(水)		3/19(木)		3/20(金)	
	<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>	
あ	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食
あ	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン	ごはん	パン
さ	みそ汁(白菜)	スペイン風オムレツ	みそ汁(かぶ)	ロールキャベツのミネストローネ風	みそ汁(里芋)	オムレツ	みそ汁(小松菜)	チキンボールクリーム煮	みそ汁(大根)	スクランブルエッグ
	卵とじ(玉ねぎ)	牛乳	豆腐野菜くず煮(冷凍とうふ)	牛乳	幽庵焼(さわら)	牛乳	冷やっこ	牛乳	卵とじ(玉ねぎ)	牛乳
	豆と根菜の胡麻だれサラダ	野菜ジュース	やわらかオクラとひじきのおかか和え	野菜ジュース	モロヘイヤのお浸し	野菜ジュース	煮浸し(白菜)	野菜ジュース	菜の花のゆば和え	野菜ジュース
	やさいふりかけ		たまごふりかけ		のりごまふりかけ		たまごふりかけ		やさいふりかけ	
	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
ひ	ごはん180		ごはん180		ごはん180		ごはん180		ごはん180	
る	とり照り煮		ぶり生姜醤油焼き		鶏肉トマト煮込み		鮭のちゃんちゃん焼き		クリームシチュー(鶏もも)	
	付合(いんげん・カリフラワー)		付合(チンゲン サツマイモ)		付合(じゃがいも・いんげん)		南瓜サラダ(アスパラ)		茹でサラダ(キャベツ 人参 貝割 和風)	
	きざみオクラ(ニンジン)		なすの揚げ浸し		茹でサラダ(キャベツ黄ピー和風)		フルーツポンチ(杏仁 桃 みかん)		フルーツ(キウイ)	
	おしるこ風		フルーツポンチ		フルーツ(オレンジ)					
										
よ	ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん	
る	みそ汁(キャベツ)		コンソメスープ(玉ねぎ)		みそ汁(白菜)		みそ汁(玉ねぎ)		鶏汁(豆腐)	
	ねぎ塩焼き(あじ)		煮込みハンバーグ(豚ひき)		五目玉子蒸し		鶏肉のさっぱり炒め		手作りさつま揚げ風	
	付合(里芋)		付合(ブロッコリー)		付合(なす)		付合(ブロッコリー)		付合(なす)	
	茹でサラダ(大根)		小松菜のサラダ(マヨ)		くるみ和え(菜の花)		マヨネーズ和え(チンゲン菜)		甘酢和え(カリフラワー)	
成分値	エネルギー 1830kcal	たんぱく質 73.1g	エネルギー 1691kcal	たんぱく質 66.8g	エネルギー 1831kcal	たんぱく質 65.3g	エネルギー 1724kcal	たんぱく質 63.4g	エネルギー 1762kcal	たんぱく質 72.6g
	脂質 44.8g	食塩相当量 6.2g	エネルギー 1765kcal	たんぱく質 64.5g	エネルギー 1838kcal	たんぱく質 75g	エネルギー 1916kcal	たんぱく質 73.2g	エネルギー 1795kcal	たんぱく質 72.3g
	脂質 46.4g	食塩相当量 5.3g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1916kcal	たんぱく質 73.2g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g
	脂質 47.7g	食塩相当量 6.1g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g
	脂質 41.6g	食塩相当量 5.9g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g
	脂質 62.3g	食塩相当量 5.1g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g
	脂質 40.7g	食塩相当量 5.8g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g
	脂質 62.6g	食塩相当量 6.6g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g
	脂質 36.6g	食塩相当量 6.3g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g
	脂質 54.5g	食塩相当量 5.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g	エネルギー 1769kcal	たんぱく質 65.4g

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

	3/21(土)		3/22(日)		3/23(月)		3/24(火)		3/25(水)											
	<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>											
あ	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食										
	ごはん みそ汁(キャベツ) 豆腐そぼろ煮(冷凍豆腐) 牛乳 小松菜のお浸し たまごふりかけ 牛乳	パン キッシュ温野菜添え 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(白菜) 卵豆腐 炒め煮(ほうれん草) のりごまふりかけ 牛乳	パン ミートローフ(ポテトサラダ入り) 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(玉ねぎ) 焼魚(ほっけ) 菜の花のゆば和え やさいふりかけ 牛乳	パン スペイン風オムレツ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(じゃがいも) 卵とじ(玉ねぎ) 豆と根菜の胡麻だれサラダ のりごまふりかけ 牛乳	パン ロールキャベツのミネストローネ風 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(里芋) 温泉卵 やわらかきんぴら やさいふりかけ 牛乳	パン オムレツ 牛乳 野菜ジュース										
ひ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん										
	さばみそ煮 付合(チンゲン菜) 茹でサラダ(蒸し鶏) フルーツヨーグルト(バナナ)	とり肉ピザ風(鶏もも) 付合(じゃがいも) ゆかり和え(カリフラワー) フルーツポンチ(杏仁)	麻婆豆腐(冷豆腐) ひじきのサラダ(カニカマ) フルーツ(バナナ)	鶏肉香り焼 付合(アスパラ) 和え物(ほうれん草) デザートムース	赤魚の和風あんかけ 付合(大根) ごま和え(蒸し鶏) みたらし風															
よ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん										
	みそ汁(板ふ) 豚の照焼き 付合(ブロッコリー) 茹でアスパラ(カニカマ)	みそ汁(大根) ねぎ塩焼き(あじ) 付合(焼き豆腐) 小松菜のマヨ和え(錦糸卵)	みそ汁(キャベツ) ポークチャップ(豚ロース) 付合(ブロッコリー) マカロニサラダ(アスパラ)	けんちん汁 照焼(ぶり) 付合(焼なす) きざみオクラ	かき玉汁(卵) 肉豆腐(豚もも) 塩昆布和え(ツナ)															
成分値	エネルギー	1907kcal	エネルギー	1924kcal	エネルギー	1796kcal	エネルギー	1806kcal	エネルギー	1843kcal	エネルギー	1826kcal	エネルギー	1850kcal	エネルギー	1595kcal	エネルギー	1823kcal	エネルギー	1778kcal
	たんぱく質	73.4g	たんぱく質	72.1g	たんぱく質	73.8g	たんぱく質	66.6g	たんぱく質	74.2g	たんぱく質	65.1g	たんぱく質	74.7g	たんぱく質	67.4g	たんぱく質	71.2g	たんぱく質	68.4g
	脂質	48.3g	脂質	64.8g	脂質	45g	脂質	62g	脂質	41g	脂質	52.6g	脂質	49.5g	脂質	42.2g	脂質	40.9g	脂質	58.8g
	食塩相当量	6.3g	食塩相当量	6.4g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.5g	食塩相当量	6.3g	食塩相当量	5.8g	食塩相当量	6.6g	食塩相当量	6.7g	食塩相当量	6.5g	食塩相当量	5.8g

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

	3/26(木)		3/27(金)		3/28(土)		3/29(日)		3/30(月)											
	<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>		<選べるメニュー>											
あ	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食	A食	B食										
	ごはん みそ汁(キャベツ) 卵とじ(玉ねぎ) 野菜の白和え のりごまふりかけ 牛乳	パン チキンボールクリーム煮 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(大根葉) 目玉焼(P醤油) 炒め煮(ほうれん草) やさいふりかけ 牛乳	パン スクランブルエッグ 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(里芋) 豆腐くず煮(冷凍とうふ) オクラと湯葉のお浸し たまごふりかけ 牛乳	パン キッシュ温野菜添え 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(玉ねぎ) 温泉卵 炒め煮(ツナ) やさいふりかけ 牛乳	パン ミートローフ(ポテトサラダ入り) 牛乳 野菜ジュース	ごはん みそ汁(白菜) 豆腐そぼろ煮(冷凍豆腐) 小松菜のお浸し たまごふりかけ 牛乳	パン スペイン風オムレツ 牛乳 野菜ジュース										
ひ	麦ごはん とり肉みそ焼 付合(さやいんげん) 南瓜サラダ フルーツヨーグルト(バナナ)		ごはん 海鮮八宝菜 豆と根菜の胡麻だれサラダ フルーツ(キウイ)		ごはん 鮭のポテト焼き 付合(アスパラ) 茹でサラダ(チンゲン菜) フルーツヨーグルト		ごはん 豚ヒレソテーマスタードソース添え 付合(じゃがいも) コールスローサラダ(茹で) フルーツポンチ(生果物なし)		ごはん 梅味噌胡麻焼き(鯖) 付合(揚げなす) 茹でサラダ(大根) フルーツヨーグルト(バナナ)											
					<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> 毎月28日は いわて減塩 適塩の日 </div> 															
よ	ごはん 清汁(大根) さんまの生姜煮 付合(焼き豆腐) 磯辺和え(菜の花)		ごはん コンソメスープ(玉ねぎ) 煮込みハンバーグ(豚ひき) 付合(ブロッコリー) サラダ(小松菜)		ごはん 清汁(大根) 玉子蒸し 付合(揚げなす) ポン酢ごま和え(カリフラワー)		ごはん みそ汁(大根) 鰯蒸し野菜あんかけ(玉ねぎ) やわらかオクラとひじきのおかか和		ごはん みそ汁(かぶ) 鶏肉の竜田揚げ 付合(アスパラ) 卵サラダ(ブロッコリー)											
成分値	エネルギー	1876kcal	エネルギー	1898kcal	エネルギー	1823kcal	エネルギー	1852kcal	エネルギー	1812kcal	エネルギー	1791kcal	エネルギー	1772kcal	エネルギー	1767kcal	エネルギー	1858kcal	エネルギー	1847kcal
	たんぱく質	72.9g	たんぱく質	72.5g	たんぱく質	74.7g	たんぱく質	70.8g	たんぱく質	70.3g	たんぱく質	67.9g	たんぱく質	72.3g	たんぱく質	64.4g	たんぱく質	71.5g	たんぱく質	68.8g
	脂質	51.8g	脂質	69.5g	脂質	43.7g	脂質	62.6g	脂質	45.1g	脂質	62.3g	脂質	39.7g	脂質	55.5g	脂質	45.1g	脂質	56.4g
	食塩相当量	6.2g	食塩相当量	6.9g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	5.2g	食塩相当量	5.9g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.6g	食塩相当量	6.1g	食塩相当量	5.6g

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。

3/31(火)					
あ	<選べるメニュー>				
	A食 ごはん みそ汁(じゃがいも) 目玉焼 キャベツのコンソメ煮 のりごまふりかけ 牛乳	B食 パン ロールキャベツのミネストローネ風 牛乳 野菜ジュース			
ひ	ごはん 鶏肉トマト煮込み 付合(ブロッコリー) 華風サラダ(もやし) デザートムース				
よ	ごはん けんちん汁 赤魚の和風あんかけ 付合(南瓜) 春菊のマヨ和え(カニカマ)				
成分値	エネルギー 1746kcal たんぱく質 70.3g 脂質 40.8g 食塩相当量 6.1g	エネルギー 1659kcal たんぱく質 69.5g 脂質 43.3g 食塩相当量 6.6g			

※献立内容を変更することがございます。また、選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに、別途所定の額をご負担いただきますので、ご了承ください。