

5月 予定献立表

施設：川口さくら病院様 保育食
 期間：2020/05/01～2020/05/31

日	月	火	水	木	金	土	
朝						ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	
昼						ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	
15時食						ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	
夕						ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	
日計						1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	
朝						ごはん 味噌汁 肉じゃが 小豆粥のしらすえ 1144 - 325kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	
昼	濃厚野菜汁 わかめスープ ナムル フルーツ 1144 - 356kcal 蛋白質 13.0g 脂質 9.6g 炭水化物 55.1g 食塩 1.3g	ごはん コンソメスープ たらのフリッター ひじきのサラダ フルーツ 1144 - 370kcal 蛋白質 10.8g 脂質 9.0g 炭水化物 59.3g 食塩 1.4g	わかめごはん 味噌汁 松風焼き 青梗菜の漬香和え 1144 - 334kcal 蛋白質 13.7g 脂質 7.9g 炭水化物 50.9g 食塩 1.7g	にゅうめん ツナじゃが フルーツ 1144 - 367kcal 蛋白質 15.1g 脂質 5.3g 炭水化物 62.8g 食塩 3.0g	ごはん 味噌汁 春雨スープ 大根の中華和え フルーツ 1144 - 359kcal 蛋白質 13.0g 脂質 12.2g 炭水化物 57.3g 食塩 2.2g	ナポリタン コンソメスープ フロッキーサラダ フルーツ 1144 - 338kcal 蛋白質 15.2g 脂質 7.1g 炭水化物 54.9g 食塩 1.4g	ごはん 味噌汁 ひじきの煮物 フルーツ 1144 - 351kcal 蛋白質 15.1g 脂質 7.8g 炭水化物 55.1g 食塩 1.7g
15時食	マカロニきんぴら 1144 - 77kcal 蛋白質 3.0g 脂質 1.3g 炭水化物 14.1g 食塩 0.0g	マツタケステーキ 1144 - 118kcal 蛋白質 1.8g 脂質 0.6g 炭水化物 26.6g 食塩 0.3g	いちご蒸しパン 1144 - 99kcal 蛋白質 1.3g 脂質 0.2g 炭水化物 23.1g 食塩 0.3g	いなり寿司 1144 - 215kcal 蛋白質 6.2g 脂質 4.4g 炭水化物 38.1g 食塩 0.6g	フライドポテト 1144 - 117kcal 蛋白質 1.1g 脂質 7.1g 炭水化物 12.3g 食塩 0.3g	小豆粥のしらすえ 1144 - 325kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	
夕							
日計	1144 - 433kcal 蛋白質 16.0g 脂質 10.9g 炭水化物 69.2g 食塩 1.9g	1144 - 488kcal 蛋白質 14.6g 脂質 9.6g 炭水化物 85.9g 食塩 1.7g	1144 - 433kcal 蛋白質 15.0g 脂質 8.1g 炭水化物 74.0g 食塩 2.0g	1144 - 582kcal 蛋白質 21.3g 脂質 9.7g 炭水化物 98.9g 食塩 3.8g	1144 - 516kcal 蛋白質 14.7g 脂質 19.3g 炭水化物 69.6g 食塩 2.5g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	
朝						ごはん 味噌汁 肉じゃが 白味噌のしらすえ 1144 - 325kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	
昼	鮮魚だし寿司 味噌汁 高野豆腐の煮物 フルーツ 1144 - 393kcal 蛋白質 20.7g 脂質 5.3g 炭水化物 64.8g 食塩 1.8g	ごはん 豚汁 かれの薄焼き風 いんげんの胡麻和え フルーツ 1144 - 386kcal 蛋白質 17.6g 脂質 6.9g 炭水化物 56.5g 食塩 1.4g	ごはん 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 白菜のツナ和え 1144 - 328kcal 蛋白質 15.2g 脂質 6.9g 炭水化物 40.1g 食塩 1.4g	野菜たっぷり醤油ラーメン 手作り餃子 フルーツ 1144 - 403kcal 蛋白質 17.3g 脂質 13.9g 炭水化物 52.8g 食塩 2.5g	梅しごほん 味噌汁 たらのフライ フロッキーのフレンチサラダ フルーツ 1144 - 363kcal 蛋白質 14.7g 脂質 7.1g 炭水化物 58.7g 食塩 1.6g	チキンカレー コンソメスープ 春雨サラダ フルーツ 1144 - 375kcal 蛋白質 13.3g 脂質 6.4g 炭水化物 65.2g 食塩 1.4g	ごはん 味噌汁 肉じゃが 白味噌のしらすえ 1144 - 325kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g
15時食	ごまこ豆腐トナーツ 麦茶 1144 - 135kcal 蛋白質 1.9g 脂質 5.7g 炭水化物 19.0g 食塩 0.3g	コンソメスープ 1144 - 140kcal 蛋白質 4.2g 脂質 3.0g 炭水化物 13.1g 食塩 0.4g	野菜プリン いちごソース 1144 - 108kcal 蛋白質 1.7g 脂質 3.0g 炭水化物 16.3g 食塩 0.2g	ツナおやき 1144 - 123kcal 蛋白質 3.2g 脂質 1.4g 炭水化物 23.4g 食塩 0.2g	オレンジ蒸しパン 1144 - 98kcal 蛋白質 1.3g 脂質 0.2g 炭水化物 23.1g 食塩 0.9g	小豆粥のしらすえ 1144 - 325kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	
夕							
日計	1144 - 528kcal 蛋白質 22.0g 脂質 11.0g 炭水化物 83.8g 食塩 2.1g	1144 - 526kcal 蛋白質 21.8g 脂質 17.4g 炭水化物 69.6g 食塩 2.1g	1144 - 436kcal 蛋白質 18.9g 脂質 9.9g 炭水化物 65.4g 食塩 1.8g	1144 - 526kcal 蛋白質 20.5g 脂質 15.3g 炭水化物 76.2g 食塩 2.7g	1144 - 461kcal 蛋白質 16.0g 脂質 7.3g 炭水化物 81.8g 食塩 1.9g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	
朝						ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	
昼	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g
15時食	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g	ごはん 味噌汁 野菜と豚肉の煮物 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 7.7g 炭水化物 48.8g 食塩 1.6g
夕							
日計	1144 - 532kcal 蛋白質 19.0g 脂質 16.8g 炭水化物 75.7g 食塩 1.6g	1144 - 488kcal 蛋白質 17.8g 脂質 16.8g 炭水化物 66.5g 食塩 1.8g	1144 - 450kcal 蛋白質 15.6g 脂質 14.4g 炭水化物 81.4g 食塩 1.2g	1144 - 613kcal 蛋白質 22.9g 脂質 14.4g 炭水化物 94.8g 食塩 3.7g	1144 - 482kcal 蛋白質 17.2g 脂質 16.1g 炭水化物 69.4g 食塩 2.0g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g
朝						ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	
昼	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g
15時食	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g
夕							
日計	1144 - 442kcal 蛋白質 12.0g 脂質 11.8g 炭水化物 72.0g 食塩 1.6g	1144 - 428kcal 蛋白質 13.5g 脂質 6.2g 炭水化物 79.9g 食塩 1.4g	1144 - 616kcal 蛋白質 14.5g 脂質 17.1g 炭水化物 100.2g 食塩 1.7g	1144 - 522kcal 蛋白質 19.5g 脂質 9.8g 炭水化物 86.3g 食塩 3.8g	1144 - 512kcal 蛋白質 15.0g 脂質 16.1g 炭水化物 75.1g 食塩 1.2g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g
朝						ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	
昼	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g
15時食	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g	ごはん 味噌汁 野菜とウインナーの炒め物 納豆 1144 - 330kcal 蛋白質 13.6g 脂質 9.2g 炭水化物 48.8g 食塩 2.1g
夕							
日計	1144 - 442kcal 蛋白質 12.0g 脂質 11.8g 炭水化物 72.0g 食塩 1.6g	1144 - 428kcal 蛋白質 13.5g 脂質 6.2g 炭水化物 79.9g 食塩 1.4g	1144 - 616kcal 蛋白質 14.5g 脂質 17.1g 炭水化物 100.2g 食塩 1.7g	1144 - 522kcal 蛋白質 19.5g 脂質 9.8g 炭水化物 86.3g 食塩 3.8g	1144 - 512kcal 蛋白質 15.0g 脂質 16.1g 炭水化物 75.1g 食塩 1.2g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g	1144 - 370kcal 蛋白質 12.4g 脂質 5.8g 炭水化物 53.4g 食塩 1.5g

※献立は、仕入の状況により変更することがあります。ご了承ください。