

[月間献立表]

2024年 3月 0:常食

予定献立

神奈川県立鎌倉支援学校 2024-02-14 印刷

月	火	水	木	金 1日
				ちらし寿司 花ごま和え ホタテのすまし汁 牛乳 白桃ゼリー
				エネルギー 718 kcal たんぱく質 31.7 g 脂質 20.5 g 食塩相当量 2.6 g
4日	5日	6日	7日	8日
黒パン 鶏肉のワインソースがけ 青菜とコーンのソテー 白花ポタージュ 牛乳	スパゲティミートソース キャベツのスープ 牛乳 ヨーグルト	ビビンバ トックスープ 牛乳 山形県産りんごゼリー	揚げパン 肉団子入りクリームシチュー 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 春雨スープ 牛乳 杏仁豆腐
エネルギー 706 kcal たんぱく質 38.3 g 脂質 23.8 g 食塩相当量 2.7 g	エネルギー 819 kcal たんぱく質 37.3 g 脂質 28.2 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 718 kcal たんぱく質 29.8 g 脂質 17.5 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 718 kcal たんぱく質 24.9 g 脂質 33.2 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 708 kcal たんぱく質 28.9 g 脂質 18.3 g 食塩相当量 2.6 g
11日	12日	13日	14日	
ご飯 鶏肉のから揚げ(スチコン) 煮びたし けんちん汁 牛乳	サンマーメン 生揚げのからめ煮 牛乳 レモンのムース	ツナコーントースト ビーフシチュー 牛乳	ご飯 やさいふりかけ 和風ハンバーグ 茹でブロッコリー 吸い物 牛乳、いちごクレープ(配慮食はいちごムース)	
エネルギー 743 kcal たんぱく質 34.3 g 脂質 26.8 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 818 kcal たんぱく質 40.5 g 脂質 25.3 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 763 kcal たんぱく質 27.4 g 脂質 41.7 g 食塩相当量 3.0 g	エネルギー 771 kcal たんぱく質 34.1 g 脂質 24.0 g 食塩相当量 1.9 g	
18日				
ご飯 ポークカレー 春の彩りスープ 牛乳 ヨーグルト(ソファールレモン)				
エネルギー 826 kcal たんぱく質 30.5 g 脂質 22.8 g 食塩相当量 2.7 g				