

日	月	火	水	木	金	土
28			1	2	3	4
-			ボンゴレスパゲティー きゃべつと卵のサラダ ハッシュポテト ミネストローネ風スープ	 ごはん チーズハンバーグ マセドアンサラダ マンゴプリン コンソメスープ カルシウムふりかけ	 〈こどもの日〉 オムライス コールスローサラダ カルピスゼリー コンソメスープ	-
-	エネルギー 484kcal	エネルギー 557kcal	エネルギー 691kcal	エネルギー 618kcal	エネルギー 509kcal	エネルギー
-	脂質 6.5g	脂質 20.7g	脂質 22.2g	脂質 20.5g	脂質 15.6g	脂質
-	食塩 2.3g	食塩 3.2g	食塩 2.9g	食塩 3.1g	食塩 3.9g	食塩
5	6	7	8	9	10	11
-	冷やしキツネそば 切干大根の煮物 インゲンの胡麻和え カルシウムヨーグルト	ごはん たらのマヨネーズ焼き 人参とツナのシソドレッシング和え 豚肉と大根煮 味噌汁 カルシウムふりかけ 	ロールパン カレー風味ポトフ ツナサラダ ピーチムース 	ごはん 赤魚の塩麹焼き 里芋の煮物 甘酢和え 味噌汁	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 ブロッコリーのピーナッツ和え キャラメルプリン コンソメスープ	-
-	エネルギー 484kcal	エネルギー 557kcal	エネルギー 531kcal	エネルギー 444kcal	エネルギー 580kcal	エネルギー
-	脂質 6.5g	脂質 20.7g	脂質 19.2g	脂質 6.8g	脂質 16.1g	脂質
-	食塩 2.3g	食塩 3.2g	食塩 2.2g	食塩 2.6g	食塩 2.5g	食塩
12	13	14	15	16	17	18
-	ごはん カレイのムニエル さつまいもサラダ メロンムース コンソメスープ	(冷やし) じゃじゃ麺 ナムル 練乳ミルクプリン  中華スープ	ごはん 回鍋肉  ちくわの磯部揚げ 中華サラダ わかめスープ カルシウムふりかけ	ハヤシライス ブロッコリーサラダ  コーヒゼリー コンソメスープ	ごはん スタミナ焼き カボチャの煮物 白菜の胡麻和え 味噌汁	-
-	エネルギー 582kcal	エネルギー 527kcal	エネルギー 561kcal	エネルギー 538kcal	エネルギー 546kcal	エネルギー
-	脂質 17.3g	脂質 10.5g	脂質 13.3g	脂質 16.8g	脂質 13.2g	脂質
-	食塩 2.1g	食塩 3.9g	食塩 3.0g	食塩 2.7g	食塩 2.8g	食塩
19	20	21	22	23	24	25
-	ロールパン チリコンカン  マカロニサラダ チョコレートパバロア コンソメスープ	ごはん 鶏肉の黒酢から揚げ ごぼうサラダ ほうれん草のお浸し 味噌汁	ごはん 豚肉の柳川煮 茄子の生姜醤油和え イチゴヨーグルト 味噌汁	麺紀行〈神奈川県〉 サンマーメン  崎陽軒のシュウマイ しらすと小松菜の和え物 へらへら(三浦市)	ごはん さわらのネギ塩焼き  花野菜のマリネ ほうじ茶プリン すまし汁 カルシウムふりかけ	-
-	エネルギー 624kcal	エネルギー 698kcal	エネルギー 584kcal	エネルギー 676kcal	エネルギー 491kcal	エネルギー
-	脂質 26.4g	脂質 29.6g	脂質 17.7g	脂質 10.8g	脂質 10.9g	脂質
-	食塩 2.2g	食塩 2.9g	食塩 2.8g	食塩 4.8g	食塩 1.9g	食塩
26	27	28	29	30	31	
-	ごはん 赤魚の煮付け  ベーコンポテト きゃべつゆかり和え 味噌汁 カルシウムふりかけ	ロールパン クリームシチュー  シーザーサラダ 寒天ミルクプリン	ごはん 鶏肉のチリソース煮 海藻サラダ 青梗菜の中華風煮びたし 味噌汁	ごはん 白身フライとメンチカツ さつまいものおろし和え 高野豆腐の含め煮 味噌汁	冷しゃぶうどん ミートボール黒酢あん ひじき煮 オレンジゼリー	-
-	エネルギー 415kcal	エネルギー 686kcal	エネルギー 480kcal	エネルギー 646kcal	エネルギー 637kcal	エネルギー
-	脂質 5.9g	脂質 26.2g	脂質 14.5g	脂質 18.1g	脂質 20.1g	脂質
-	食塩 3.3g	食塩 4.4g	食塩 3.0g	食塩 4.2g	食塩 2.8g	食塩