5月4日～5月10日までのこんだて

	4日（日）	5日(月)	6日（火）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）
あさ	はちみつブンブンパン サツマイモサラダ 牛乳 コーヒーゼリー 573カロリー/塩分1.8g	丸ロール ソーセージ 牛乳 もも 491カロリー/塩分2.2g	レーズンラウンド コーンボール 牛乳 パイン 521カロリー/塩分1.4g	コーンフレーク 6pチーズ 牛乳 バナナ 436カロリー/塩分2.3g	ごはん 金平ごぼう ふりかけ みそ汁(ねぎ) 362カロリー/塩分1.9g	ジャーマンベーコンポテトパン チキンナゲット コーヒー牛乳 マンゴー 450カロリー/塩分1.3g	麦コッペ ジャンボフランク 牛乳 オレンジ 498カロリー/塩分2.7g
ひる	ごはん 鮭の幽庵焼き 南瓜の煮付け みそ汁(なめこ) 510カロリー／塩分2.4g	チキン南蛮弁当 みそ汁(わかめ) 999カロリー	ごはん 赤魚の梅干し煮 白菜のお浸し すまし汁(とろろ昆布) 382カロリー／塩分3.7g	ごはん 牛肉コロッケ スパゲッティサラダ コーンスープ 763カロリー／塩分3.9g	カレーにゅうめん 若竹煮 水羊羹 683カロリー／塩分5.5g	ごはん 鶏肉ガーリックトマトソースかけ コールスローサラダ クラムチャウダー 788カロリー／塩分3.3g	ごはん さばの中華風照り焼き ナムル 中華スープ(たまご) 527カロリー／塩分2.4g
おやつ	ミルクティー	オレンジジュース	サッポロポテト	ココア	キャラメルコーン	ジョア ブルーベリー味	元気ヨーグルト
よる	ごはん 鶏肉のもろみ味噌焼き 里芋といかの煮物 すまし汁(なると) 705カロリー／塩分2.4g	とんかつ弁当 862カロリー	からあげ弁当 882カロリー	ごはん さばの塩焼き ひじきの煮物 みそ汁(小松菜) 498カロリー／塩分3.4g	ごはん 豚肉となすの味噌炒め ほうれん草の和え物 赤だし(みつば) 527カロリー／塩分2.8g	ごはん サーモンの明太子マヨ焼き アスパラの胡麻和え みそ汁(白菜) 563カロリー／塩分3.1g	おろしチキン竜田弁当 934カロリー

今週の1日平均摂取量

エネルギー	脂質	たんぱく質	食物繊維	食塩相当量
1,916カロリー	59.2g	80.6g	18.2g	8.5g