4月27日～5月3日までのこんだて

	27日（日）	28日(月)	29日（火）	30日（水）	1日（木）	2日（金）	3日（土）
あさ	クロワッサン スクランブルエッグ 牛乳 まぜまぜゼリー 478カロリー/塩分1.7g	ごはん 玉子焼き 味付け海苔 みそ汁(ねぎ) 414カロリー/塩分2.8g	カスタードロール ほうれん草のソテー コーヒー牛乳 オレンジ 396カロリー/塩分1.7g	桜のあんぱん ポテトサラダ 牛乳 カスタードプリン 415カロリー/塩分1.5g	チョココーンフレーク 6pチーズ 牛乳 バナナ 439カロリー/塩分2.2g	明太子チーズマヨパン 豆サラダ コーヒー牛乳 パイン缶 392カロリー/塩分2.4g	いつかのおいしいあの食パン ハムエッグ 牛乳 オレンジ 441カロリー/塩分1.9g
ひる	ハンバーグ弁当 みそ汁(たまねぎ) 882カロリー	黒糖ロール ポークシチュー グリルチキンサラダ バナナジュース 721カロリー／塩分3.6g	そら豆ごはん 鮭の塩焼き 切り干し大根のそぼろ煮 みそ汁(ベーコン) 537カロリー／塩分3.5g	からあげ弁当 赤だし(大根) 913カロリー	粉もんセット弁当 みそ汁(もやし) 583カロリー	ごはん ししゃもの天ぷら 刻み昆布の炒り煮 みそ汁(ごぼう) 594カロリー／塩分3.0g	鶏マヨ丼 もずく酢 すまし汁(はんぺん) 576カロリー／塩分3.1g
おやつ	ココア	カフェオレ	ヨーグルト プレーン味	コーヒー	フルーツ牛乳	ヤクルト	アップルキャロットジュース
よる	ごはん レバニラ炒め 卵豆腐 キムチスープ 535カロリー／塩分3.1g	かきあげうどん キャベツの塩昆布和え 長崎カステラ 833カロリー／塩分6.5g	チキン南蛮弁当 970カロリー	ごはん さばの味噌煮 山芋の山葵ポン酢和え すまし汁(そうめん) 565カロリー／塩分3.3g	ごはん ロールキャベツ マカロニサラダ セロリのスープ 576カロリー／塩分2.9g	ごはん 肉じゃが いんげんの和え物 赤だし(かいわれ) 621カロリー／塩分3.1g	カリカリ梅ごはん カレイの煮付け 白菜のレモン和え みそ汁(なす) 389カロリー／塩分5.3g

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
1,812カロリー	53.2g	82.9g	20.8g	10.2g