

栄 養 摂 取 状 況

成 分	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	1 1 月	1 2 月	1 月	2 月	3 月	平均
熱量 kcal	1420.82	1434.36	1430.98	1386.61	1405.88	1428.83	1422.28	1396.99	1443.98	1431.52	1428.12	1428.62	1421.58
蛋白質 g	57.50	55.72	57.44	54.88	56.38	57.25	57.96	56.31	57.38	57.15	55.95	56.30	56.69
カルシウム mg	617.77	596.94	581.11	587.33	581.73	598.37	592.36	599.72	602.91	592.01	594.71	578.31	593.61
鉄 mg	7.56	7.56	7.56	7.26	7.24	7.68	7.57	7.46	7.49	7.61	7.54	7.74	7.52
レチノール当量 ug	646.53	639.00	697.72	597.21	578.50	584.41	608.32	563.47	608.31	675.78	656.88	627.16	623.61
ビタミンB1 mg	1.09	1.14	1.20	1.20	0.92	1.16	1.20	1.22	1.28	1.28	1.29	1.20	1.18
ビタミンB2 mg	0.99	1.06	1.12	1.06	0.84	1.05	1.11	1.10	1.14	1.15	1.12	1.11	1.07
ビタミンC mg	81.56	81.80	89.61	86.57	65.06	84.92	90.2	85.14	96.92	89.50	95.78	89.75	86.40
塩分 g	7.48	7.58	7.38	7.24	7.18	7.25	7.54	7.36	7.36	7.48	7.25	7.07	7.35

行 事 献 立 表

月	行事名	献 立 名
4	昭和の日	竹の子ご飯、味噌汁、お刺身、青菜のお浸し、甘夏みかん
5	子供の日	山菜ご飯、味噌汁、天ぷら、小松菜のお浸し、ビタミンゼリー
	お花見会	ゆかりご飯、味噌汁、煮込みハンバーグ、キャベツと小女子の炒め煮、バナナ、ジュース
7	七夕	そうめん、炊き込みご飯、海老と南瓜の天ぷら、メロン
	納涼会	いなり寿司、そうめん、豆腐田楽、酢の物、メロン、ジュース、アイス
8	お盆供養	梅じそご飯、そうめん、なす田楽、スイカ、とうもろこし
9	長寿を祝う会	赤飯、吸い物、お刺身、西京漬け焼き、天ぷら、茶碗蒸し、果物、祝菓子、お酒、ジュース
	秋分の日	小豆ぱっと、茸の菊見和え、梨
11	文化の日	赤飯、味噌汁、すき焼き風煮、なす田楽、キウイ
12	クリスマス忘年会	にぎり寿司、そば、エビフライ、サラダ、いちご、クリスマスケーキ、コーヒー、ジュース
	大晦日	ご飯、年越しそば、お刺身、ほうれん草の磯部和え、お酒、ジュース
1	お正月	赤飯、キングサーモン塩焼き、すき焼き風煮、もずく酢、天ぷら、くるみ和え ----- 鮭のルイベ、黒豆
	小正月	ゆかりご飯、鱈汁、オクラとひじきのおかか和え、くるみ団子
2	節分	ちらし寿司、すまし汁、筑前煮、青菜のからし和え、ビタミンゼリー
3	ひなまつり	ちらし寿司、煮うめん、菜の花と人参のからし和え、桃のゼリー
	お彼岸	赤飯、味噌汁、揚げ出し豆腐、長芋の和え物、いちご、甘酒