

Aメニュー：鯖の味噌煮葛飾彩り御膳



料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	kcal	g	g	g	g
白飯	286	4.9	0.7	62.1	0.0
鯖の味噌煮	212	15.5	12.2	7.6	0.9
葛飾野菜のペペロン炒め	77	2.1	6.3	3.6	0.6
きのこのすまし汁	6	0.7	0.2	1.1	1.0
彩野菜の甘酢和え	40	0.9	0.0	8.6	0.2
菖蒲のハッ橋	65	1.1	0.0	14.6	0.0
合計	686	25.2	19.4	97.6	2.7

Bメニュー：ロールレタスとトマトを使ったデザートランチ



料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	kcal	g	g	g	g
ピラフ	288	5.1	2.8	57.4	0.9
ロールレタス	107	14.1	2.0	8.5	1.3
焼き野菜のマリネ	45	1.3	1.7	7.8	0.1
マカロニサラダ	70	2.1	2.0	10.8	0.3
トマトのミルフィーユ	164	4.1	8.6	17.3	0.1
合計	674	26.7	17.1	101.8	2.7