

ひづけ 日付	5月5日 (日)	5月6日 (月)	5月7日 (火)	5月8日 (水)	5月9日 (木)	5月10日 (金)	5月11日 (土)
あさ 朝	べいはん 米飯 とうがん ぶたにく にももの 冬瓜と豚肉の煮物 こまつな ひた 小松菜のお浸し みそしる 味噌汁 (かぼちゃ) うめぼし 梅干し	クロワッサン たまご 玉子サラダ クラムチャウダー カフェオレ 	べいはん 米飯 きんぴら 金平ごぼう なっとう おろし納豆 みそしる だいこんば 味噌汁 (大根葉) べったら漬け	しょく 食パン かぼちゃ 南瓜のチーズ焼き オニオンスープ チョコクリーム オレンジジュース	べいはん 米飯 だいず にももの ひじきと大豆の煮物 マカロニサラダ みそしる 味噌汁 (しめじ) たいみそ	べいはん 米飯 なす に 茄子のツナ煮 もやしと胡瓜のおかか和え みそしる だいこん 味噌汁 (大根) はくさいづ 白菜漬け 	ロールパン ほうれん草のココット ポタージュスープ ピーナッツマーガリン ぎゅうにゅう 牛乳 
ひる 昼	チキンライス エビフライ コロッケ やさい 野菜サラダ ととやき 	べいはん 米飯 にこ 煮込みハンバーグ つけ 付) ポテトフライ つけ にんじん 付) 人参グラッセ インゲンのツナマヨ和え コーンクリームスープ くだもの (オレンジ) 	べいはん 米飯 さば みそ や 鯖のゴマ味噌焼き つけ 付) ぜんまいと山菜の煮物 な はな なたね あ 菜の花の菜種マヨ和え けんちん汁 ふりかけ (野菜)	いなりずし 肉うどん ほうれん草の香り和え 	べいはん 米飯 チンジャオロース はるさめ みずな めんたい 春雨と水菜の明太サラダ カニカマと長葱の中華風スープ くだもの (パイナップル) 	そぼろどん キャベツとコーンのサラダ ぐだくさんみそしる 具沢山味噌汁 ピーチゼリー 	べいはん 米飯 しろみさかな 白身魚のフライゆかり風味 付) もやしとベーコンのカレーソテー はるやさい 春野菜とアボカドのサラダ すまし汁 (あおさ) ふりかけ (たまご)
ゆう 夕	べいはん 米飯 チーズカツレツ つけ 付) マカロニのソテー グリーンサラダ トマトスープ くだもの (みかん缶)	べいはん 米飯 さけ 鮭のワイン蒸し和風ソース つけ なす 付) 茄子 つけ 付) オクラ れんこんきんぴら きのこと海藻のサラダ のざわなづ 野沢菜漬け	べいはん 米飯 とうふ 豆腐ステーキ きのこのチリソースかけ ポテトサラダ ぶたじり 豚汁 しば漬け	べいはん 米飯 スパニッシュオムレツ つけ 付) ラタトゥイユ えびとブロッコリーのマヨ炒め ジュリアンスープ ふりかけ (かつお)	べいはん 米飯 カレーの煮付け つけ にたまご 付) 煮卵 つけ ちんげんさい 付) 青梗菜 まつまえづ 松前漬け あかだし とうふ 赤出汁 (豆腐) カッパ漬け 	べいはん 米飯 タンドリーチキン つけ 付) パプリカソテー れんこんのゴママヨサラダ ミネストローネ くだもの (フルーツカクテル)	なめし 菜飯 しお や 塩焼きそば はるま 春巻き みそしる 味噌汁 (さつま芋) ヨーグルト 
せいぶん 成分	I補* - 1811.2 kcal たんぱくしつ 蛋白質 61.7 g ししつ 脂質 45.2 g えんぶん 塩分 6.5 g	I補* - 1780.8 kcal たんぱくしつ 蛋白質 67.9 g ししつ 脂質 60.9 g えんぶん 塩分 7.1 g	I補* - 1806.3 kcal たんぱくしつ 蛋白質 77.8 g ししつ 脂質 47.9 g えんぶん 塩分 7.4 g	I補* - 1880.9 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.5 g ししつ 脂質 55.2 g えんぶん 塩分 7.4 g	I補* - 1710.3 kcal たんぱくしつ 蛋白質 72.6 g ししつ 脂質 41.7 g えんぶん 塩分 7.8 g	I補* - 1783.9 kcal たんぱくしつ 蛋白質 70.4 g ししつ 脂質 53.5 g えんぶん 塩分 7.0 g	I補* - 1733.4 kcal たんぱくしつ 蛋白質 76.3 g ししつ 脂質 55.0 g えんぶん 塩分 7.9 g

©材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。