

メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
5月16日(木) 	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 菊水漬【洋梨缶】 牛乳	カレーライス 春雨スープ 海藻サラダ【トマトサラダ】 柚子カットゼリー【オレンジゼリー】 	御飯 白身魚の朝鮮焼 なすの煮物 卵豆腐 わかめの磯漬【ゆずみそ】 
	エネルギー: 501 蛋白質: 16 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 633 蛋白質: 16 脂質: 14 塩分相当量: 4	エネルギー: 556 蛋白質: 30 脂質: 13 塩分相当量: 4
5月17日(金) 	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 味付のり【のり佃】 牛乳	御飯 バトウの生姜煮 白菜の中華炒め はなっこりのドレッシング和え プチホットケーキ【梅ゼリー】	御飯 豚肉のマヨネーズ焼き カリフラワーの華風煮 キャベツのくるみ和え オレンジ【オレンジゼリー】 
	エネルギー: 504 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 654 蛋白質: 24 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 554 蛋白質: 22 脂質: 16 塩分相当量: 2
5月18日(土) 	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【大根の煮物】 うめびしお 牛乳	御飯 カラスカレイのチーズ焼き 大豆の煮物 胡瓜の土佐和え 葉わさび漬【黄桃缶】	御飯 ふくさ焼き 南瓜の煮物 小松菜の白和え しその実わかめ【しそわかめ】 
	エネルギー: 487 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 539 蛋白質: 30 脂質: 11 塩分相当量: 3	エネルギー: 655 蛋白質: 26 脂質: 14 塩分相当量: 4
5月19日(日) 	マーブル食パン 中華風スープ アスパラのソテー【ピーマンソテー】 だいたいムースゼリー 牛乳 	御飯 回鍋肉(ホイコーロー) さつま芋のレモン煮 白菜のポン酢和え らっきょう【りんご缶】 	御飯 サーモンステーキ うの花炒り【チンゲン菜の煮物】 胡瓜の利久あえ ビワ缶
	エネルギー: 511 蛋白質: 19 脂質: 13 塩分相当量: 2	エネルギー: 590 蛋白質: 18 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 585 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 2
5月20日(月) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 昆布ちりめん【紅茶ゼリー】 牛乳	御飯 白身魚の粕漬け焼き なすの揚げ煮 もみじ和え キウイ【パインゼリー】  	御飯 肉団子のスープ煮 マカロニソテー シーザーサラダ 菜公【しその実漬ペースト】  
	エネルギー: 509 蛋白質: 19 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 580 蛋白質: 24 脂質: 12 塩分相当量: 2	エネルギー: 600 蛋白質: 16 脂質: 19 塩分相当量: 3
5月21日(火) 	麦飯 味噌汁 ひじきの煮物 梅干し【うめびしお】 牛乳	ちゃんぽん おむすび うざく 抹茶ミルクゼリー  	御飯 ブリの山椒焼き リヨネーズポテト【ポトフ】 おくらの酢の物【カリフラワーの酢の物】 刻みたくあん【白桃缶】
	エネルギー: 462 蛋白質: 16 脂質: 6 塩分相当量: 5	エネルギー: 586 蛋白質: 23 脂質: 16 塩分相当量: 5	エネルギー: 645 蛋白質: 23 脂質: 21 塩分相当量: 2
5月22日(水) 	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【里芋の煮物】 京わかめ【しそわかめ】 牛乳	御飯 鶏肉の唐揚げ ごぼうの煮物【白菜の煮物】 コールスローサラダ バナナ【バナナムース】 	御飯 さばの味噌煮 もやしのかか炒め【大根のかか煮】 胡瓜の酢の物 子持ち昆布【昆布佃煮】
	エネルギー: 498 蛋白質: 19 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 669 蛋白質: 22 脂質: 20 塩分相当量: 2	エネルギー: 541 蛋白質: 26 脂質: 12 塩分相当量: 4

*【 】内は軟菜食・ミキサー食・ソフト食の方の献立です。やむを得ず、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。