

メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
4月30日(木) 	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 のり豆【ビワ缶】 牛乳	御飯 ダルマダイの磯辺焼【ダルマダイの照焼】 のっぺい汁 チンゲン菜のくるみ和え キウイ【パインゼリー】	御飯 鶏肉の炊き合わせ ビーフソテー パンプキンサラダ 菜公【みかん缶】
	エネルギー: 520 蛋白質: 21 脂質: 9 塩分相当量: 3	エネルギー: 544 蛋白質: 24 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 628 蛋白質: 20 脂質: 19 塩分相当量: 3
5月1日(金)	麦飯 味噌汁 かんぴょうの煮物 梅干し【うめびしお】 牛乳	赤飯 かに玉あんかけ 清汁 新玉葱のサラダ 奈良漬【黄桃缶】	御飯 ぶりのおろし煮 キャベツのカレーソテー ポテトたらこマヨネーズあえ ちりめん山椒【しそわかめ】
	エネルギー: 475 蛋白質: 15 脂質: 5 塩分相当量: 4	エネルギー: 527 蛋白質: 27 脂質: 13 塩分相当量: 4	エネルギー: 665 蛋白質: 24 脂質: 23 塩分相当量: 2
5月2日(土) 	麦飯 味噌汁 ちくわの金平【ひじきの炒め煮】 桜漬【甘夏缶】 牛乳	御飯 鮭の塩焼き 煮しめ【里芋の煮物】 ブロッコリーのおかか和え バナナ【バナナムース】	御飯 牛肉のトマトソース煮 えのきの中華炒め【白菜の中華炒め】 ハムサラダ ゆずみそ
	エネルギー: 511 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 545 蛋白質: 26 脂質: 6 塩分相当量: 2	エネルギー: 604 蛋白質: 21 脂質: 18 塩分相当量: 3
5月3日(日) 憲法記念日	オレンジデニッシュパン トマトコンソメスープ パンプキンサラダ ラフランスゼリー 牛乳	豆御飯 豚肉のごま焼き【豚肉の照焼】 かき卵汁 キャベツの酢の物 いちごのムースケーキ【いちごムース】	御飯 金目鯛の昆布煮 チンゲン菜の中華炒め ごぼうサラダ【胡瓜サラダ】 福神漬(無着色)【りんご缶】
	エネルギー: 614 蛋白質: 15 脂質: 30 塩分相当量: 2	エネルギー: 610 蛋白質: 23 脂質: 20 塩分相当量: 4	エネルギー: 530 蛋白質: 24 脂質: 12 塩分相当量: 3
5月4日(月) みどりの日	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 味付のり【のり佃】 牛乳	御飯 カラスカレイの西京焼き 五目煮豆 ハムサラダ いちご【いちごゼリー】	御飯 肉豆腐 きのこソテー【ピーマンソテー】 チンゲン菜のピーナツ和え 胡ちゃん漬【キウイ】
	エネルギー: 501 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 563 蛋白質: 29 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 587 蛋白質: 22 脂質: 19 塩分相当量: 3
5月5日(火) こどもの日 	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 しそわかめ【しその実ペースト】 牛乳	御飯 ミートローフ ポトフ 胡瓜サラダ 柏まんじゅう【じょうよまんじゅう】	御飯 鱈の酢醤油煮 白菜のたらこ炒め めた【卵豆腐】 べったら漬【昆布ちりめん】
	エネルギー: 498 蛋白質: 15 脂質: 6 塩分相当量: 3	エネルギー: 666 蛋白質: 22 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 553 蛋白質: 25 脂質: 10 塩分相当量: 3
5月6日(水) 振替休日	麦飯 味噌汁 いんげんの煮物 しその実わかめ【マカロニサラダ】 牛乳	御飯 豚肉の朝鮮焼き 野菜ソテー 胡瓜の利休和え フルーチェ	御飯 鱈のピカタ 大根の炒め煮 おくらの酢の物【カリフラワーの酢の物】 金時芋
	エネルギー: 532 蛋白質: 17 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 600 蛋白質: 24 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 528 蛋白質: 23 脂質: 8 塩分相当量: 2

*【 】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。