

メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食 
5月26日(木) 	麦飯 味噌汁 くきわかめの佃煮【長芋の煮物】 味付のり【のり佃】 牛乳	御飯 豚肉のマヨネーズ焼き 大豆の煮物 ほうれん草ごま和え【ほうれん草和え物】 山川漬【みかん缶】	御飯 白身魚の梅煮 リヨネーズポテト【ポトフ】 卵豆腐 しその実わかめ【のりごま】
	エネルギー: 471 蛋白質: 15 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 621 蛋白質: 27 脂質: 20 塩分相当量: 3	エネルギー: 617 蛋白質: 31 脂質: 16 塩分相当量: 5
5月27日(金)	麦飯 味噌汁 豆腐の生姜煮 梅干し【うめびしお】 牛乳	御飯 シューマイの辛子醤油かけ  キャベツのしそ炒め トマトサラダ いちごヨーグルト【ヨーグルト】	御飯 白身魚のきのこあんかけ マカロニソテー カリフラワーの甘酢和え しそわかめ【のり佃】
	エネルギー: 505 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 4	エネルギー: 654 蛋白質: 23 脂質: 19 塩分相当量: 4	エネルギー: 527 蛋白質: 25 脂質: 10 塩分相当量: 4
5月28日(土)	麦飯 味噌汁 里芋の煮物 福神漬【スパゲティサラダ】 牛乳	御飯 豚肉とわかめの炒め物 大根のかか煮 胡瓜の酢の物  黒豆	御飯 赤魚の味噌煮 金平ごぼう【茄子の煮物】  白菜の中華和え 甘夏缶【オレンジゼリー】
	エネルギー: 519 蛋白質: 17 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 602 蛋白質: 28 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 531 蛋白質: 27 脂質: 8 塩分相当量: 3
5月29日(日) 	クリームパン コンソメスープ ツナサラダ  ピーチゼリー 牛乳	御飯 たらことチーズの卵焼き 南瓜のスープ煮 ブロッコリーのピーナツ和え 葉わさび漬【黄桃缶】	御飯 肉豆腐 いんげんのソテー 梅とろろ ゆずみそ
	エネルギー: 492 蛋白質: 15 脂質: 22 塩分相当量: 2	エネルギー: 574 蛋白質: 20 脂質: 16 塩分相当量: 3	エネルギー: 630 蛋白質: 21 脂質: 18 塩分相当量: 3
5月30日(月)	麦飯 味噌汁 こんにゃくの炒め煮【高野豆腐の煮物】 うめびしお 牛乳	御飯 鶏肉の南部焼【鶏肉の照焼】 うの花炒り【ふきの煮物】 胡瓜の梅肉和え 子持ち昆布【オレンジ】	御飯 白身魚の西京焼  さつま芋の煮物 ハムサラダ バナナ【バナナムース】
	エネルギー: 475 蛋白質: 15 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 595 蛋白質: 24 脂質: 18 塩分相当量: 3	エネルギー: 614 蛋白質: 23 脂質: 6 塩分相当量: 3
5月31日(火)	麦飯 味噌汁 切干大根の煮物 のり豆【パンプキンサラダ】 牛乳	御飯 白身魚の朝鮮焼 白菜のたらこ炒め 胡瓜の酢味噌和え ゴールドキウイ【パインゼリー】	御飯 牛肉の柳川風煮 スパゲティ 海草サラダ【カリフラワーサラダ】 菊水漬【洋梨缶】
	エネルギー: 517 蛋白質: 18 脂質: 7 塩分相当量: 3	エネルギー: 553 蛋白質: 27 脂質: 10 塩分相当量: 2	エネルギー: 610 蛋白質: 22 脂質: 15 塩分相当量: 3
6月1日(水) 	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 桜漬【ビワ缶】 牛乳	赤飯 豚肉のしそ炒め 清汁 おくらの酢の物【キャベツの酢の物】 甘夏ゼリー【みかんゼリー】	御飯 白身魚の香味ソースかけ 煮しめ ほうれん草のお浸し  めかぶ佃煮
	エネルギー: 523 蛋白質: 18 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 572 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 3	エネルギー: 563 蛋白質: 25 脂質: 12 塩分相当量: 3

*【 】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。