

	5/21(水)	5/22(木)	5/23(金)	5/24(土)	5/25(日)	
あ	ごはん みそ汁(小松菜 麩) はんぺん蒸し煮 ツナ和え 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(冬瓜 切麩) オムレツ 三色和え 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(山東菜 ねぎ) さわらの西京焼 ほうれん草のごま和え ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(玉ねぎ 貝割菜) いり豆腐 小松菜のかか和え 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(いんげん 白玉麩) 温泉卵 ビーフン炒め ふりかけ 牛乳	
さ ひ	<選べるメニュー> A食 B食 ごはん サーモンの蒸魚 まぜ寿司 白菜のソテー 白菜のソテー フルーツ フルーツ (バナナ) (バナナ) 	ごはん しゃぶしゃぶ風 里芋炒り煮 フルーツゼリー	アスパラごはん 揚げ豆腐 サラダ フルーツ(マンゴー)	ごはん チキンマリネ風 ジャガイモの甘辛煮 フルーツポンチ	ごはん あじの梅煮 三色和え フルーツゼリー	
る よ	ごはん みそ汁 ミートローフ 南瓜の含煮 ほうれん草の和え物	ごはん ワンタン汁 たらふくニエル かぶの酢の物 みそ炒め	ごはん みそ汁(キャベツ 高野豆腐) 豚もも生姜焼き とろろ芋 冬瓜の煮物	ごはん みそ汁(大根 人参) さば塩焼き 豆もやし炒め 白菜のからし和え	ごはん みそ汁(かぶ 糸みつば) から揚げ 野菜の八宝菜風 甘酢和え	
成分値	エネルギー 1828kcal たんぱく質 69.6g 脂質 50g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1876kcal たんぱく質 66.9g 脂質 48.1g 食塩相当量 7.7g	エネルギー 1818kcal たんぱく質 73.1g 脂質 40.7g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1871kcal たんぱく質 78.9g 脂質 48.8g 食塩相当量 7.4g	エネルギー 1848kcal たんぱく質 74.2g 脂質 49.8g 食塩相当量 7.2g	
	5/26(月)	5/27(火)	5/28(水)	5/29(木)	5/30(金)	5/31(土)
あ	ごはん みそ汁(冬瓜 ねぎ) しらす入玉子蒸し アスパラサラダ 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(白菜 高野豆腐) 卵とじ 小松菜の二色和え 梅びしお 牛乳	ごはん みそ汁(玉ねぎ みつば) 冷奴 なす炒り ふりかけ 牛乳	ごはん みそ汁(小松菜 ねぎ) さば缶 おろし 白菜の煮物 味付のり 牛乳	ごはん みそ汁(いんげん 切麩) 目玉焼き ほうれん草しらす和え たいみそ 牛乳	ごはん みそ汁(冬瓜 高野豆腐) オムレツ キャベツの煮物 味付のり 牛乳
さ ひ	ごはん とり肉のオニオンソース かぶの茹でサラダ フルーツポンチ	ごはん 麻婆豆腐 いんげんのごま和え フルーツ(マンゴー) 	<選べるメニュー> A食 B食 ごはん 山菜とろろそば 魚のさざれ焼 ほうれん草のソテー フルーツ(バナナ) フルーツ(バナナ)	カレーライス 薬味 キャベツの温サラダ フルーツヨーグルト	ごはん 八宝菜 わかめの酢の物 フルーツ(パイナップル)	ごはん 豚ももみそ焼 ごぼうサラダ フルーツゼリー
る よ	ごはん みそ汁(豆腐 ねぎ) 魚のピザ風焼き 甘煮 チンゲン菜のわさび醤油和え	ごはん かき玉汁 鶏肉のはちみつレモン焼き 里芋の煮物 スパゲッティサラダ	ごはん みそ汁(じゃがいも 青ねぎ) 焼豚 切干だいこん炒め煮 オクラのかか和え	ごはん みそ汁(冬瓜 貝割) ぎせい豆腐あんかけ チンゲン菜のナムル 南瓜の含煮	ごはん 清汁(豆腐 糸みつば) さわらのねぎ風味焼き ふろふき大根 マカロニサラダ	ごはん みそ汁(だいこん 人参) 赤魚の照焼 じゃが芋の煮物 お浸し(ほうれんそう)
成分値	エネルギー 1842kcal たんぱく質 73.2g 脂質 44.1g 食塩相当量 6.6g	エネルギー 1850kcal たんぱく質 78.7g 脂質 46.1g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1851kcal たんぱく質 76.3g 脂質 53.1g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 1829kcal たんぱく質 82.9g 脂質 47.4g 食塩相当量 7.6g	エネルギー 1830kcal たんぱく質 72.7g 脂質 43.4g 食塩相当量 7.2g	エネルギー 1848kcal たんぱく質 72.7g 脂質 49.7g 食塩相当量 7.1g

※都合により献立内容を変更することがございます。

※選べるメニューにてB食を選択の場合は、食事負担額のほかに別途所定の額をご負担いただきますのでご了承ください。

栄養管理科