

	5/11(月)	5/12(火)	5/13(水)	5/14(木)	5/15(金)
あ さ	ごはん みそ汁(里芋) 厚焼き玉子 白菜の和え物 味付のり	ごはん みそ汁(大根 麩) 豆腐の野菜あんかけ チンゲンサイのマヨ和え ふりかけ	ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) 卵とじ 小松菜の和え物 味付のり	ごはん みそ汁(玉ねぎ 里芋) 湯豆腐 いんげんの和え物 ふりかけ	ごはん みそ汁(かぶ キヌサヤ) 目玉焼き アスパラのみそマヨ和え 味付のり
ひ る	ごはん 鮭のムニエル ほうれん草の柚子香和え フルーツ(マンゴー) 牛乳	カレーライス 薬味 サラダ フルーツ(パイン) 牛乳	ごはん たらのクリーム煮 山東菜のかか和え フルーツゼリー 牛乳	ごはん 鶏肉のオランダ焼き キャベツ酢醤油和え フルーツ(バナナ) 牛乳	ごはん 蒸し魚の野菜ソースかけ カリフラワーのサラダ フルーツ(パイン) 牛乳
よ る	ごはん みそ汁(小松菜 切麩) 豚肉のオニオンソース マロニー甘辛煮 蒸しなすの生姜醤油かけ 	ごはん なめこ汁 ほっけの焼魚 里芋の煮物 かぶの酢の物	ごはん みそ汁(キャベツ 高野豆腐) から揚げ 甘煮 おろし和え	ごはん かき玉汁 さばみそ煮 豆もやし炒め ほうれん草の磯和え	ごはん みそ汁(小松菜 ねぎ) ミートローフ 南瓜の含煮 めかぶとろろ
成分 値	エネルギー 1876kcal たんぱく質 73.1g 脂質 53.6g 食塩相当量 6.9g	エネルギー 1807kcal たんぱく質 66.9g 脂質 43g 食塩相当量 7.3g	エネルギー 1828kcal たんぱく質 75.2g 脂質 40.7g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1859kcal たんぱく質 77.3g 脂質 56g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 1832kcal たんぱく質 72.7g 脂質 46.6g 食塩相当量 7.2g
	5/16(土)	5/17(日)	5/18(月)	5/19(火)	5/20(水)
あ さ	ごはん みそ汁(大根 切麩) いり豆腐 ほうれん草のごま和え たいみそ	ごはん みそ汁(玉葱 白玉麩) えびしんじょ 白菜の梅風味和え ふりかけ	ごはん みそ汁(いんげん 里芋) 温泉卵 ビーフン炒め煮 ふりかけ	ごはん みそ汁(冬瓜 高野豆腐) さんま缶 小松菜の炒め煮 味付のり	ごはん みそ汁(かぶ 青ねぎ) 厚焼き玉子 チンゲンサイのマヨ和え ふりかけ
ひ る	ごはん 八宝菜 かぶの柚香和え プリン 牛乳	ごはん 親子煮(乳和食) 温野菜のサラダ フルーツ(マンゴー) 牛乳	ごはん かれいの焼魚 切干大根煮 フルーツ(バナナ) 牛乳	ごはん 四川豆腐風 キャベツの茹でサラダ フルーツゼリー 牛乳	アスパラごはん 鶏肉の香味蒸し焼き 白菜の和えもの フルーツポンチ 牛乳 
よ る	ごはん みそ汁(なす キヌサヤ) ぶりの照焼き ピーマン甘辛煮 山東菜の浸し和え	ごはん かしわ汁 ほきのチリソース 里芋の煮物 小松菜のお浸し	雑穀ごはん みそ汁(豆腐 わかめ) 豚肉おろし焼き こんにゃくピリカラ煮 二色和え	ごはん みそ汁(山東菜 切麩) 豚ももの生姜焼き 筍の土佐煮 いんげんのツナ和え	ごはん みそ汁(じゃが芋 玉ねぎ) あじのさざれ焼 大根の炒め煮 蒸しなすの生姜醤油かけ
成分 値	エネルギー 1841kcal たんぱく質 81.1g 脂質 47.1g 食塩相当量 6.8g	エネルギー 1864kcal たんぱく質 79g 脂質 47.3g 食塩相当量 7.1g	エネルギー 1838kcal たんぱく質 77.4g 脂質 44.7g 食塩相当量 6.9g	エネルギー 1859kcal たんぱく質 79g 脂質 51.8g 食塩相当量 6.6g	エネルギー 1892kcal たんぱく質 71.6g 脂質 57.3g 食塩相当量 7.5g

※都合により献立内容を変更することがございます。