

メ ニ ュ ー

	朝 食	昼 食	夕 食
5月2日(木)	麦飯 味噌汁 卵焼き 桜漬【みかん缶】 牛乳 	御飯 鰯の塩焼き 煮しめ 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】 レタスサラダ【カリフラワーサラダ】 ゆずみそ
	エネルギー: 547 蛋白質: 22 脂質: 13 塩分相当量: 3	エネルギー: 537 蛋白質: 25 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(金) 憲法記念日	麦飯 味噌汁 がんもの煮物 甘口たらこ【ポテトサラダ】 牛乳	豆御飯 豚肉のしそ炒め かき卵汁 キャベツのごま酢和え【キャベツの和え物】 苺のムースケーキ【いちごムース】	御飯 赤魚の昆布煮 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: 562 蛋白質: 25 脂質: 11 塩分相当量: 4	エネルギー: 600 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(土) みどりの日	麦飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 味付のり【のり佃】 牛乳 	御飯 鮭の西京焼き 五目煮豆 梅とろろ いちご【いちごゼリー】 	御飯 牛肉の柳川風 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【昆布ちりめん】
	エネルギー: 490 蛋白質: 18 脂質: 8 塩分相当量: 3	エネルギー: 612 蛋白質: 31 脂質: 9 塩分相当量: 2	エネルギー: 584 蛋白質: 24 脂質: 17 塩分相当量: 3
5月5日(日) こどもの日	食パン オニオンスープ パンプキンサラダ ラフランスゼリー 牛乳 	御飯 エビフライ ポトフ 新玉葱の土佐酢和え 柏まんじゅう【こしあんムース】 	御飯 鶏肉の酢醤油煮 うの花炒り【長芋の煮物】 白菜の磯辺和え しそ巻らっきょう【洋梨缶】 
	エネルギー: 509 蛋白質: 15 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 628 蛋白質: 18 脂質: 15 塩分相当量: 2	エネルギー: 549 蛋白質: 21 脂質: 14 塩分相当量: 3
5月6日(月) 振替休日	麦飯 味噌汁 いんげんの煮物 しその実わかめ【甘夏缶】 牛乳 	御飯 豚肉の朝鮮焼き ビーフンソテー 胡瓜の利休和え フルーチェ	御飯 カラスカレイのピカタ 大根の煮物 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: 518 蛋白質: 17 脂質: 7 塩分相当量: 4	エネルギー: 624 蛋白質: 24 脂質: 17 塩分相当量: 2	エネルギー: 540 蛋白質: 24 脂質: 9 塩分相当量: 2
5月7日(火)	麦飯 味噌汁 高菜の炒め物【白菜の煮物】 のり豆【ポテトサラダ】 牛乳 	御飯 白身魚の香味ソースかけ さつま芋と切昆布の煮物【さつま芋の煮物】 胡瓜のナムル ビワ缶	御飯 豆腐の土佐焼き マーボー茄子 チンゲン菜のポン酢和え たいみそ 
	エネルギー: 512 蛋白質: 18 脂質: 9 塩分相当量: 4	エネルギー: 616 蛋白質: 23 脂質: 10 塩分相当量: 3	エネルギー: 558 蛋白質: 20 脂質: 13 塩分相当量: 3
5月8日(水)	麦飯 味噌汁 ひじきの炒め煮 甘口たらこ【卵ロール】 牛乳 	瓦そば おむすび レタスレモン醤油和え コーヒーゼリー 	御飯 鯖のぬか炊き リヨネーズポテト【ポトフ】 筍の木の芽和え【焼茄子の酢みそ和え】 うにくらげ【みかん缶】
	エネルギー: 539 蛋白質: 22 脂質: 9 塩分相当量: 4	エネルギー: 528 蛋白質: 19 脂質: 14 塩分相当量: 2	エネルギー: 619 蛋白質: 26 脂質: 15 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。