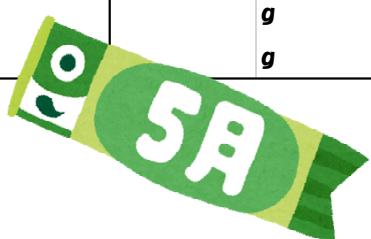




週間献立表



				5月1日(木)	5月2日(金)	5月3日(土)	5月4日(日)
朝食				ごはん 納豆 野菜炒め あみ佃煮 みそ汁	食パン スクランブルエッグ 白菜サラダ コンソメスープ	ごはん 肉詰めいなりの煮物 キャベツの和え物 えびみそ みそ汁	ごはん ウインナー・ソテー ほうれん草のおかか和え のり佃煮 みそ汁
10時				牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食				ごはん チキンカレー フレンチサラダ 福神漬け ジョア	ごはん さばの葱みそ焼き かぶの煮物 ほうれん草の錦糸和え お吸い物	ごはん 鶏肉の玉葱ソース かぼちゃの甘煮 もやしサラダ みそ汁	ごはん 中華風卵焼き ひじきの煮物 カリフラワーの和え物 みそ汁
おやつ				あんぱん	マドレーヌ	ソフトサラダ	黒糖饅頭
夕食				ごはん かれいの油ろし煮 里芋の煮物 うずら豆 パイン缶	ごはん 豚肉のポン酢炒め 若竹煮 昆布佃煮 マンゴー缶	ごはん 白身魚のマスタード焼き れんこんきんぴら 大豆と金時豆の甘煮 白桃缶	ごはん 肉豆腐 青梗菜の炒め物 赤しその実漬け 洋梨缶
エネルギー	Kcal		Kcal	Kcal	1541 Kcal	1428 Kcal	1385 Kcal
蛋白質	g		g	g	57.8 g	51 g	53.4 g
塩分	g		g	g	7.2 g	7.9 g	6.2 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

週間献立表

5月5日(月)		5月6日(火)		5月7日(水)		5月8日(木)		5月9日(金)		5月10日(土)		5月11日(日)	
朝食	ごはん じゃが芋のそぼろ炒め キャベツのお浸し うめびしお みそ汁	ごはん かんもの煮物 大根のゆかり和え ふりかけ みそ汁	ごはん 炒り豆腐 カリフラワーのごまマヨ和え 金山寺みそ みそ汁	ごはん 鶏つみれと大根の煮物 白菜の和え物 のい佃煮 みそ汁	食パン ツナ野菜ソース フロッコリーのフレンチ和え コンソメスープ	ごはん さつま揚げの煮物 オクラのお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん 絹厚揚げの煮物 白菜の和え物 えびみそ みそ汁						
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	たけのこ御飯 たらの葉種焼き 切干大根の炒め煮 マカロニサラダ みそ汁	ごはん 豚肉の生姜焼き なすの含め煮 白菜のごま醤油和え みそ汁	ごはん あじの生姜醤油焼き 冬瓜の土佐煮 ポテトサラダ みそ汁	塩ラーメン かに焼壳 もやしのナムル ジョア	ごはん 千草焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁	ごはん さばの塩麹焼き 冬瓜のくず煮 キャベツのごま和え みそ汁	ごはん 三色丼 さつま芋の甘煮 かぶの酢の物 みそ汁						
おやつ	練り切り	ウエハース	バウムクーヘン	チョコパン	味噌饅頭	バナナスペシャル	手作りココア蒸しパン						
夕食	ごはん チキンステーキ フロッコリーのコンソメ煮 白花豆 フルーツカクテル缶	ごはん ふくさ焼き ごぼうの甘辛炒め きゃらぶさ りんご缶	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き ツナと青梗菜のソース うぐいす豆 バナナ	麦ごはん 赤魚のみりん焼き 小松菜の煮浸し つぼ漬け みかん缶	ごはん 白身魚のバター焼き なすのみそ炒め うずら豆 洋梨缶	ごはん 鶏肉の香味焼き もやしとハムの炒め物 青しその実漬け パイン缶	ごはん 木キの和風ムニエル ふきと油揚げの煮物 うぐいす豆 黄桃缶						
エネルギー	1323 kcal	1432 kcal	1385 kcal	1410 kcal	1460 kcal	1324 kcal	1362 kcal						
蛋白質	57.7 g	52.7 g	56.7 g	57.4 g	58.6 g	54.5 g	55 g						
塩分	7.4 g	7.1 g	6.5 g	8.5 g	6.4 g	7.7 g	6.8 g						



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

週間献立表

5月12日(月)		5月13日(火)		5月14日(水)		5月15日(木)		5月16日(金)		5月17日(土)		5月18日(日)	
朝食	ごはん 納豆 豚肉と大根の煮物 あみ佃煮 みそ汁	ごはん がんもと大根の煮物 ほうれん草のかにかま和え ふりかけ みそ汁	食パン オムレツ カリフラワーサラダ コーンスープ	ごはん 豆腐チャンブル ほうれん草の和え物 たいみそ みそ汁	ごはん はんぺんチーズのせ焼き いんげんの和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん ミートボール ほうれん草のごま和え のい佃煮 みそ汁	ごはん 野菜つみれの煮物 オクラのおかか和え ゆずみそ みそ汁						
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 鶏肉の照り焼き れんこんきんぴら いんげんのピーナッツ和え みそ汁	ごはん 白身魚のフライ かぶの煮物 グリーンサラダ みそ汁	ごはん 鶏肉の葱焼き 茄子の生姜あんかけ もやしのゆかり和え みそ汁	ごはん さばの塩焼き 切干大根の炒め煮 白菜のおかか和え みそ汁	ごはん メンチカツ フロッコリーのコンソメ煮 マカロニサラダ みそ汁	ごはん 揚げ豆腐の野菜あん 小松菜の炒め物 春雨サラダ みそ汁	ごはん お好み焼き風たまご焼き ごぼうの旨煮 いんげんのわさび和え みそ汁						
おやつ	まがりせんべい	抹茶パンケーキ	どう焼き	紅芋モンブラン	クッキー	白い風船	ロールケーキ						
夕食	ごはん 和風卵焼き 小松菜の炒め物 金時豆 りんご缶	ごはん 鶏肉の南部焼き じゃが芋の含め煮 つぼ漬け みかん缶	ごはん 海老と厚揚げの旨煮 肉焼壳 ザーサイ マンゴー缶	ごはん 鶏肉の味噌炒め 大根の信田煮 大豆と金時豆の甘煮 パイン缶	ごはん 親子煮 きんぴらごぼう 青しその実漬け フルーツカクテル缶	ごはん 赤魚の生姜煮 もやしのカレー／ラー うぐいす豆 洋梨缶	ごはん 中華煮 春巻き 高菜漬け バナナ						
エネルギー	1370 kcal	1419 kcal	1472 kcal	1560 kcal	1485 kcal	1384 kcal	1558 kcal						
蛋白質	56.9 g	47.6 g	57.3 g	56.7 g	48.9 g	54.5 g	53.7 g						
塩分	7.4 g	7.1 g	7.4 g	6.8 g	7.5 g	7 g	8.6 g						

※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

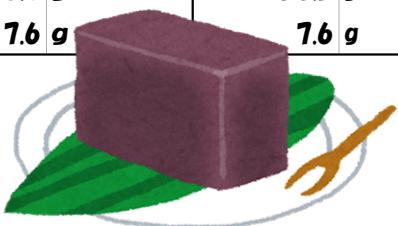
※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表

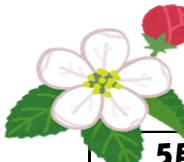


5月19日(月)		5月20日(火)		5月21日(水)		5月22日(木)		5月23日(金)		5月24日(土)		5月25日(日)	
朝食	ごはん 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し うめびしお みそ汁	ごはん しらすの卵とじ 茄子のお浸し 金山寺みそ みそ汁	ごはん 肉詰めいなしの煮物 白菜のゆかり和え ふりかけ みそ汁	食パン スクランブルエッグ 菜の花サラダ コンソメスープ	ごはん 納豆 青梗菜の煮浸し あみえび佃煮 みそ汁	ごはん ちくわと大根の煮物 もやしのお浸し たいみそ みそ汁	ごはん 厚揚げのねぎあんかけ キャベツの和え物 ふりかけ みそ汁						
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 和風ハンバーグ カリフラワーのソテー キャベツのサラダ コンソメスープ	ごはん あじのみりん焼き 豚肉と蓮根の炒め煮 もやしの和え物 みそ汁	肉そば はんぺんの磯部和え ほうれん草のお浸し ジョア	ごはん 白身魚のマヨネース焼き かぼちゃの甘煮 春雨サラダ みそ汁	ごはん ポークチャップ ツナとフロッコリーのソテー ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 麻婆豆腐 海老焼売 ほうれん草のナムル 中華スープ	ごはん かに入い卵焼き和風あんかけ さつまいもの煮物 白菜のからし和え お吸い物						
おやつ	クリームパン	炭酸饅頭	黒糖パンケーキ	チョコバウムクーヘン	ぼたぼた焼き	杏仁豆腐	水ようかん						
夕食	ごはん たらの揚げ浸し きざみ昆布の炒り煮 うずら豆 白桃缶	ごはん 鶏肉のタルタル焼き じゃが芋のバター炒め たくわん みかん缶	麦ごはん さほの葱みそ焼き キャベツ炒め物 白花豆 フルーツカクテル缶	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 大根の土佐煮 きゅうり漬け 黄桃缶	ごはん 五目卵焼き 小松菜の炒め物 きゅうり漬け りんご缶	ごはん 赤魚の煮付け なすとピーマンの炒め物 桜大根 マンゴー缶	ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め 冬瓜の水晶煮 うぐいす豆 バナナ						
エネルギー	1341 Kcal	1457 Kcal	1450 Kcal	1374 Kcal	1503 Kcal	1314 Kcal	1457 Kcal						
蛋白質	48.9 g	57.5 g	58.3 g	53.6 g	56.9 g	53.9 g	47.8 g						
塩分	7.6 g	7.6 g	6.8 g	7.1 g	6.9 g	7.4 g	6.3 g						



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

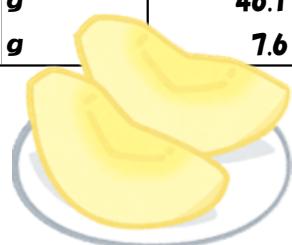
※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



週間献立表



5月26日(月)		5月27日(火)		5月28日(水)		5月29日(木)		5月30日(金)		5月31日(土)	
朝食	ごはん オムレツ ほうれん草のおかか和え えびみそ みそ汁	食パン ウインナー野菜ソテー スペゲティサラダ コンソメスープ	ごはん さといものそぼろ煮 いんげんのくるみ和え ふりかけ みそ汁	ごはん がんものの甘辛煮 オクラのお浸し うめびしお みそ汁	ごはん 野菜つみれの煮物 キャベツの和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん 納豆 白菜の煮浸し あみえび佃煮 みそ汁					
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 鶏肉のトマトソースかけ かぶの洋風煮 フロッコリーサラダ コンソメスープ	ごはん 白身魚のポテト焼き なすの含め煮 もやしの和え物 お吸い物	ごはん 回鍋肉 焼ビーフン カリフラワーの中華和え 中華スープ	ごはん 中華風卵焼き 肉焼壳 もやしのサラダ 中華スープ	ごはん ビーフシチュー フレンチサラダ レアチーズムース コンソメスープ	ごはん 赤魚の煮付け なすのみそ炒め 春雨サラダ みそ汁					
おやつ	ロールケーキいちご	レモンケーキ	マスカットゼリー	手作り抹茶蒸しパン	やわらかおかき	プリン					
夕食	ごはん たらの揚げ煮 ひじきの煮物 桜大根 洋梨缶	ごはん 豆腐野菜ハンバーグ たけのことふきの煮物 きゅうり漬け パイン缶	ごはん さばの七味焼き 大根の煮物 金時豆 みかん缶	ごはん 鶏肉の味噌焼き 切干大根の炒め煮 うずら豆 りんご缶	ごはん 白身魚の洋風ごま焼き 青梗菜炒め物 昆布佃煮 バナナ	ごはん 豚肉のにんにく醤油炒め かぶの煮物 大根と金時豆の甘煮 マンゴー缶					
エネルギー	1323 kcal	1416 kcal	1458 kcal	1372 kcal	1427 kcal	1443 kcal					kcal
蛋白質	52.2 g	46.1 g	53.4 g	54 g	48 g	51.1 g					g
塩分	6.6 g	7.6 g	7.2 g	7.8 g	7.3 g	7.7 g					g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。