



5月



メニュー表



	月	火	水	木	金	土
	2日	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	カレーライス チキンカツ ブロッコリーサラダ 福神漬 ヨーグルト和え エネルギー 729 kcal 塩分 2.9 g	ごはん/味噌汁 柳川風煮(アノ) さつま芋煮物 白菜のお浸し フルーツカクテル エネルギー 541 kcal 塩分 3.5 g	ごはん/味噌汁 あじの香味焼き 高野豆腐の煮物 印元ピーナツ和え 白桃缶 エネルギー 517 kcal 塩分 3.5 g	親子散らし寿司 炊き合わせ ほうれん草のごま和え すまし汁 オレンジ エネルギー 493 kcal 塩分 5.4 g	ごはん/味噌汁 鶏肉の塩麴焼 ひじきの煮物 オクラのおかか和え みかん缶 エネルギー 517 kcal 塩分 4.2 g	ごはん/すまし汁 鰯の味噌煮 切干大根の煮物 ほうれん草の生姜和え 黄桃缶 エネルギー 611 kcal 塩分 4.7 g
15時	ドーナツ	レモンケーキ	ももゼリー	かしわ餅	ベビーシュー(3個)	焼きドーナツ(チョコ)
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	ごはん/すまし汁 さわらの西京焼 がんもどきの煮物 ブロッコリーのごま和え パイン缶 エネルギー 524 kcal 塩分 4.0 g		ごはん/味噌汁 鶏肉のマヨネーズ焼 金平蓮根 印元の辛子和え 黄桃缶 エネルギー 622 kcal 塩分 3.3 g	ごはん/豚汁 豆腐ステーキのこあんかけ じゃが芋の煮物 菜花のわさび和え フルーツカクテル エネルギー 509 kcal 塩分 3.1 g	親子丼 南瓜の煮付 ほうれん草の辛子和え 味噌汁 パイン缶 エネルギー 536 kcal 塩分 3.7 g	ごはん/すまし汁 豚肉生姜焼風 里芋味噌かけ 酢の物(胡瓜) 白桃缶 エネルギー 575 kcal 塩分 3.5 g
15時	カステラ		たこ焼き(3個)	焼きドーナツ(豆乳)	バームロール(2個)	ショコラプチケーキ(3個)
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	ごはん/味噌汁 さばの南部焼き かぶのそぼろ煮 菜花のお浸し フルーツカクテル エネルギー 609 kcal 塩分 3.0 g	ごはん/味噌汁 ホキのムニエル 竹輪の炒り煮 印元の辛子和え 黄桃缶 エネルギー 600 kcal 塩分 4.6 g	かき揚げ丼 根菜つみれ煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁 パイン缶 エネルギー 504 kcal 塩分 4.2 g	ごはん/味噌汁 鶏肉の生姜煮 里芋煮付 菜花のごま和え みかん缶 エネルギー 512 kcal 塩分 3.4 g	ごはん/味噌汁 あじの梅煮 厚揚げの煮物 白菜の塩昆布和え りんご エネルギー 527 kcal 塩分 3.9 g	わかめごはん かき玉うどん 高野豆腐の煮物 ほうれん草のわさび和え フルーツカクテル エネルギー 599 kcal 塩分 5.9 g
15時	ぶどうゼリー	たい焼き	黒糖まんじゅう	マリービスケットとチョコ(2個)	抹茶ケーキ	ワッフル
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	ごはん/味噌汁 鶏肉の照り煮 竹輪の煮物 もやしの和風和え 黄桃缶 エネルギー 630 kcal 塩分 4.4 g	ごはん/すまし汁 豆腐ステーキの肉味噌かけ じゃが芋のツナ煮 ブロッコリーのドレッシング和え バナナ エネルギー 633 kcal 塩分 3.7 g	ごはん/中華スープ 八宝菜 蒸し焼売 春雨の中華和え フルーツカクテル エネルギー 555 kcal 塩分 2.9 g	ごはん/味噌汁 さわらの山椒焼 南瓜の煮付 大根サラダ 白桃缶 エネルギー 560 kcal 塩分 3.1 g	ごはん/味噌汁 さばのおろし煮 じゃが芋の金平風煮 マカロニサラダ みかん缶 エネルギー 776 kcal 塩分 4.0 g	ごはん/味噌汁 鶏肉の塩麴焼 かぶのくず煮 ほうれん草の生姜和え フルーチェ エネルギー 535 kcal 塩分 4.2 g
15時	ホットケーキ(1枚)	バウムクーヘン	チョコベビーシュー(3個)	おかき(砂糖醤油)	ミルクケーキ	ロールケーキ
	30日	31日				
昼食	菜めしおにぎり たぬきそば さつま芋煮物 ブロッコリーのピーナツ和え フルーツカクテル エネルギー 495 kcal 塩分 4.0 g	ごはん/味噌汁 鶏肉の香味煮 がんもどきの煮付 白菜のゆかり和え みかん缶 エネルギー 533 kcal 塩分 4.2 g				
15時	チョコパイ	まがりせんべいと栗しぐれ				