



## 予 定 献 立 一 覧 表



	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)	5月16日(土)	5月17日(日)
朝	ごはん(150) さんまのみぞれ煮 かぶの浅漬け風 ふりかけ 味噌汁	ごはん(150) はんぺんと里芋の 白だし煮 青梗菜とハムの 胡麻ドレ和え 漬物 味噌汁	ごはん(150) 肉団子と野菜の華風煮 オクラのおかか和え のり佃煮 味噌汁	ごはん(150) 竹輪と野菜の味噌炒め 納豆 漬物 すまし汁	ごはん(150) にしんの塩焼き 春菊の生姜和え ふりかけ 味噌汁	ごはん(150) ウイナーと彩り野菜の ハニーマスタードソテー ポテトサラダ 昆布佃煮 味噌汁	食パン ツナ入り スクランブルエッグ ブロッコリーとレズンの サラダ コンソメスープ 
昼	ごはん(150) 五目豆腐のきのこあん 蓮根と挽肉の炒め物 ほうれん草の くるみ和え かきたま汁 	ごはん(150) ポークチャップ ツナ塩じゃが ゼリー コンソメスープ	ごはん(150) 白身魚フライ& コーンクリームコロッケ 切干大根の煮物 フルーツ 味噌汁	おかめうどん いんげんとベーコンの バター炒め フルーチェ	チャーハン 焼き餃子 マンゴープリン 中華スープ	ごはん(150) 白身魚の 生姜和風あんかけ 里芋の田楽 青梗菜の白和え すまし汁	ごはん(150) 鶏のから揚げ 五目豆煮 小松菜とかに風味の レモン風味和え 味噌汁
夕	ごはん(150) 鶏肉のマーマレード焼き さつま揚げと蒟蒻の ピリ辛煮 フルーツ 味噌汁	ごはん(150) さばのカレー風味焼き えびとブロッコリーの ソテー 白菜とかに風味の ピーナツ和え 味噌汁	ごはん(150) 治部煮風 玉子豆腐 胡瓜の酢の物 味噌汁	ごはん(150) 肉詰いなりと冬瓜の 炊き合せ 茄子の塩だれ炒め もやしとツナの 華風サラダ 味噌汁	ごはん(150) 赤魚の煮付け 南瓜の胡麻だれかけ ホウレン草とホタテ風味の わさびマヨ和え 味噌汁 	ごはん(150) 豚肉のスタミナ炒め 車麩と大根の煮物 フルーツ 味噌汁	ごはん(150) 厚揚げと野菜の チリソース炒め あんかけ春巻き 春菊と蒲鉾の京風和え 中華スープ
1 日 合 計	kcal 1477 蛋白質 55.8 g 脂質 36.8 g 炭水化物 229.1 g 無機質 鉄 7.4 mg 塩分相当量 9.3 g	kcal 1518 蛋白質 50.1 g 脂質 46.4 g 炭水化物 212.2 g 無機質 鉄 5.6 mg 塩分相当量 9 g	kcal 1459 蛋白質 54.6 g 脂質 32.9 g 炭水化物 237.9 g 無機質 鉄 6.8 mg 塩分相当量 9.6 g	kcal 1399 蛋白質 47.5 g 脂質 38.3 g 炭水化物 213.5 g 無機質 鉄 5.8 mg 塩分相当量 10.9 g	kcal 1422 蛋白質 52.7 g 脂質 35.1 g 炭水化物 219.5 g 無機質 鉄 6.4 mg 塩分相当量 9.8 g	kcal 1571 蛋白質 51.7 g 脂質 44.4 g 炭水化物 236.9 g 無機質 鉄 5.9 mg 塩分相当量 9.6 g	kcal 1532 蛋白質 51.6 g 脂質 45.3 g 炭水化物 225.6 g 無機質 鉄 6.8 mg 塩分相当量 9.4 g
備 考	仕入れの都合や気候、要望等により、献立が変更になる場合がございます。ご了承くださいませよう願ひ申し上げます。						