

2024年 5月 月間献立表 (昼食)

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
		キーマカレー イタリアンサラダ ジョア チョコレートババロア エネルギー674kcal たんぱく質20.7g 脂質19.6g 食塩相当量1.4g	ご飯 じゃが芋と白菜のスープ ハンバーグトマトソース ツナマヨサラダ みかん缶 エネルギー663kcal たんぱく質20.0g 脂質21.3g 食塩相当量3.9g	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 鍋しぎ コーヒーゼリー エネルギー691kcal たんぱく質23.8g 脂質21.7g 食塩相当量2.3g	ご飯 味噌汁 鯖のおろしソースがけ もやしのツナ和え 白桃缶 エネルギー646kcal たんぱく質23.7g 脂質24.4g 食塩相当量2.6g	ご飯 春菊と玉葱の中華スープ 回鍋肉 春雨と錦糸卵の和え物 ぶどうゼリー エネルギー678kcal たんぱく質19.6g 脂質22.6g 食塩相当量2.3g
6	7	8	9	10	11	12
スパゲティミートソース コーンと白菜のスープ グリーンサラダ ヨーグルト エネルギー638kcal たんぱく質28.6g 脂質19.9g 食塩相当量3.4g	日本昔話～桃太郎御膳～ 鬼退治ちらし 鬼退治おつけ 鬼退治鶏だんご 鬼退治きんぴら ケーキ桃添え エネルギー692kcal たんぱく質19.8g 脂質14.2g 食塩相当量4.3g	ご飯 ワンタンスープ 麻婆茄子 鶏肉のもやし炒め ピーチゼリー エネルギー687kcal たんぱく質21.6g 脂質20.1g 食塩相当量3.3g	ご飯 味噌汁 豚肉のカレー炒め レタスと水菜のサラダ 杏仁豆腐 エネルギー687kcal たんぱく質24.4g 脂質22.4g 食塩相当量1.9g	ロールパン&りんごジャム ポトフ カラフルサラダ バニラババロア 牛乳 エネルギー671kcal たんぱく質27.3g 脂質29.8g 食塩相当量2.6g	ご飯 味噌汁 パサのけんちんあん 肉じゃが パナナ エネルギー646kcal たんぱく質26.6g 脂質17.6g 食塩相当量2.6g	ご飯 卵と青葱のスープ 家常豆腐 マイルドポテトサラダ みかんゼリー エネルギー750kcal たんぱく質29.4g 脂質20.3g 食塩相当量3.6g
13	14	15	16	17	18	19
ご飯 清汁 唐揚げ 竹輪と野菜の煮物 ぶどうゼリー エネルギー697kcal たんぱく質25.5g 脂質23.8g 食塩相当量2.9g	ロールパン&チョコクリーム 肉団子のトマト煮 チーズとブロッコリーのサラダ ピーチゼリー 牛乳 エネルギー701kcal たんぱく質27.5g 脂質28.6g 食塩相当量3.8g	ご飯 清汁 白身魚のガーリックバタームニエル 里芋のそぼろあんかけ いちごババロア エネルギー651kcal たんぱく質28.8g 脂質13.6g 食塩相当量2.5g	味噌ラーメン 棒棒鶏サラダ 焼売 いちごゼリー エネルギー682kcal たんぱく質31.2g 脂質22.3g 食塩相当量4.3g	ご飯 中華スープ チンジャオロース 大根の韓国風サラダ パナナ エネルギー619kcal たんぱく質25.5g 脂質15.9g 食塩相当量2.8g	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ プチシュー エネルギー685kcal たんぱく質25.5g 脂質25.5g 食塩相当量2.5g	ご飯 清汁 ブリの照焼 鶏肉のもやし炒め すりおろし白桃 エネルギー640kcal たんぱく質29.9g 脂質19.6g 食塩相当量2.9g
20	21	22	23	24	25	26
ご飯 味噌汁 豆腐チャンプル 茄子の薬味和え マンゴープリン エネルギー684kcal たんぱく質25.7g 脂質21.5g 食塩相当量2.9g	ソース焼きそば 味噌汁 チーズとブロッコリーのサラダ みかんヨーグルト エネルギー633kcal たんぱく質34.0g 脂質18.2g 食塩相当量3.2g	ご飯 中華スープ 八宝菜 大根の韓国風サラダ チョコレートババロア エネルギー632kcal たんぱく質25.0g 脂質17.3g 食塩相当量3.3g	ご飯 ジュリエンスープ パサのイタリアン焼き ホタテ風味サラダ プチシュー エネルギー639kcal たんぱく質28.7g 脂質17.3g 食塩相当量2.7g	ご飯 中華スープ 卵と海老のオイスター炒め 大根の中華和え 杏仁豆腐 エネルギー656kcal たんぱく質22.1g 脂質18.9g 食塩相当量2.7g	ご飯 清汁 ブリの味噌マヨ焼き ブロッコリーサラダ マスカットゼリー エネルギー691kcal たんぱく質27.6g 脂質26.1g 食塩相当量2.2g	ご飯 茄子とコーンのスープ 豚の角煮 もやしの中華和え すりおろし白桃 エネルギー719kcal たんぱく質20.0g 脂質31.6g 食塩相当量3.0g
27	28	29	30	31		
ご飯 ワンタンスープ 麻婆豆腐 菜の花とハムのソテー フルーツポンチ エネルギー646kcal たんぱく質24.1g 脂質16.6g 食塩相当量3.2g	ご飯 清汁 白身魚のきのこあんかけ 茄子の肉味噌炒め バニラババロア エネルギー706kcal たんぱく質27.2g 脂質20.0g 食塩相当量2.7g	ご飯 味噌汁 牛肉の甘辛炒め ブロッコリーとホタテのサラダ みかんゼリー エネルギー699kcal たんぱく質22.3g 脂質25.3g 食塩相当量2.7g	ご飯 ミックスベジと白菜のスープ 唐揚げニンニク味噌味噌 カラフルサラダ ピーチゼリー エネルギー700kcal たんぱく質24.0g 脂質22.4g 食塩相当量3.4g	肉うどん かに焼売 キャベツサラダ 菁りんごゼリー エネルギー629kcal たんぱく質21.8g 脂質28.5g 食塩相当量2.8g		

* 食材の都合により、一部献立を変更させていただく場合がございます。ご理解のほど、よろしくお願いたします。