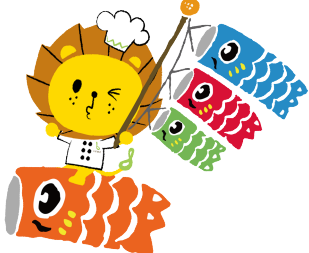
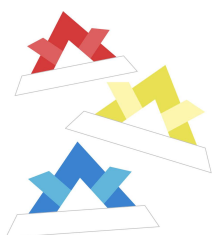
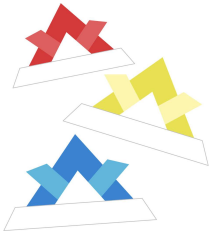


朝食

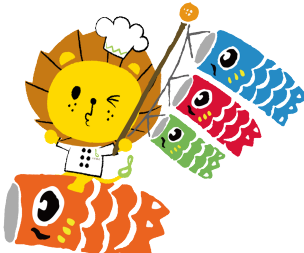
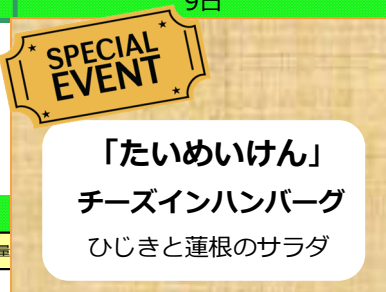
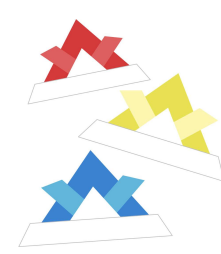
5月 Monthly Menu

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	赤魚の照焼 キャベツと竹輪の和え物	海鮮あんかけ豆腐 茄子の揚げ浸し				鶏肉のおろし煮 ごま豆腐
	Rice & Soup	Rice & Soup				Rice & Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量				E P F 食塩相当量
	515 20.5 6.5 3.7	679 27.3 24.4 4.8				622 22.3 17.9 3.3
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
	かつおの南部焼き もやしのカレー炒め	鶏肉とブロッコリーの 塩炒め しらすおろし	緑黄色野菜パトフ フルーツ	肉野菜炒め おくら卵の花	ミートオムレツ& ハムソテー 菜の花のマスタードサラダ	魚肉ソーセージと 野菜の炒め物 納豆
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread	Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	526 26.0 11.8 3.4	488 24.5 7.8 3.7	660 16.9 31.7 3.8	602 19.8 20.2 4.0	490 18.1 21.2 4.4	559 19.6 14.2 4.4
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
	あじの塩焼き 切干大根の和え物	厚揚げの野菜あん れんこんサラダ	スクランブルエッグ& ミニチキン デザート	いかのみりん焼き &肉野菜 味付けのり	ハッシュドポテト& ミートボール かぼちゃサラダ	海老団子と白菜の 中華煮 鶏ともやしの和え物
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread & Soup	Rice & Soup	Rice & Soup	Rice & Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	527 24.7 9.0 2.7	650 24.7 21.6 3.0	644 25.5 29.5 4.2	530 25.9 11.5 3.3	635 13.1 21.9 3.2	588 21.0 11.9 5.0
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
	さわらの西京焼き 竹輪とごぼうの炒り煮	甘辛肉団子& 野菜炒め 納豆	ロールキャベツ デザート	豚肉の柚子胡椒焼き 大豆とひじきの煮物	ブラウンシチュー ベーコンとキャベツのサラダ	麩チャンプルー わかめの酢の物
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread	Rice & Soup	Bread	Rice & Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	605 24.9 14.1 4.5	598 19.6 18.3 3.1	490 16.4 19.6 3.7	624 26.0 21.2 3.2	612 23.0 26.3 3.7	529 19.7 12.2 4.2
28日	29日	30日	31日			
	さばの塩焼き たまご豆腐	豆腐ハンバーグ デザート	ウィンナー& ジャーマンポテト フルーツ	  		
	Rice & Soup	Rice & Soup	Bread & Soup			
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量			
	617 24.5 23.9 3.2	574 18.0 16.3 2.9	670 15.8 36.5 4.6			

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。あらかじめご了承ください。 ※お米は純国産米を使用しております。 ※E：エネルギー P：たんぱく質 F：脂質

夕食

5月 Monthly Menu

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
	鶏肉ときのこの あっさり塩レモン炒め サラダこんにゃくの和風和え	鯖のグリル ラタトゥイユソース 花野菜のペペロンチーノ 蒸し鶏のサラダ				ビーフカレー チーズポテト コールスローサラダ
	Rice & Soup	Rice & Soup				Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量				E P F 食塩相当量
	825 32.2 25.6 4.4	967 36.4 35.2 4.5				986 23.4 40.2 4.6
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
	牛焼肉 里芋の白みそ煮	 「たいめいけん」 チーズインハンバーグ ひじきと蓮根のサラダ	たらの明太マヨ焼き 野菜のバジルソテー 小松菜の和え物	鶏肉の スパイシーフリッター 海草サラダ デザート	回鍋肉 三色ナムル デザート	キーマカレー 野菜コロッケ デザート
	Rice & Soup		Rice & Soup	Rice & Soup	Rice & Soup	Soup
	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	862 22.8 31.3 3.9		772 29.0 28.6 3.2	916 29.9 27.8 4.1	862 27.4 27.0 4.5	967 31.4 31.4 5.1
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
	豚肉のブラックペッパー ソース炒め カリフラワーとトマトのマリネ デザート	 鶏肉の山賊焼き (山口県) とろろ昆布そば・菜めし	白身魚の竜田揚げ さつま芋きなこ	親子煮 パリパリサラダ デザート	豚キムチ炒め 高野豆腐の含め煮	チキンカレー 白身魚フライ ポテトサラダ
	Rice & Soup		Rice & Soup	Rice & Soup	Rice & Soup	Soup
	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量
	879 29.6 27.6 5.2		754 24.0 14.3 4.4	899 35.6 23.5 3.7	921 29.5 37.4 5.2	901 31.6 26.6 5.6
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
	豚 丼 温泉玉子 キャベツの胡麻酢和え	めばるの磯辺揚げ ビリ辛こんにゃく きのこおくら	Bigケイジャンチキン 野菜のわさび醤油和え	麻婆豆腐 チョレギサラダ デザート		シーフードカレー マカロニとツナのソテー バイクドエッグポテト
	Soup	Rice & Soup	Rice & Soup	Rice & Soup		Soup
	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量
	793 38.9 19.7 4.1	771 26.9 18.5 4.7	999 62.1 35.3 4.6	908 33.7 30.8 4.2		831 27.5 22.2 6.2
28日	29日	30日	31日			
	チキンカツ& コーンクリームコロッケ れんこんの甘辛煮 ブロッコリーのチーズ和え	 オロチョンラーメン (北海道) 春巻&ナムル	豚肉の香味焼き 春雨のそぼろ炒め ミニ冷奴			
	Rice & Soup		Rice & Soup			
	E P F 食塩相当量		E P F 食塩相当量			
	1,064 33.9 39.9 3.6		903 39.1 31.7 2.7			

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。あらかじめご了承ください。 ※お米は純国産米を使用しております。 ※E：エネルギー P：たんぱく質 F：脂質