

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
30日	31日					1日
	さけの塩焼き たまご豆腐					つみれと野菜の煮物 納豆
	Rice & Soup					Rice & Soup
	E P F 食塩相当量					E P F 食塩相当量
	559 28.7 16.1 3.3					564 23.8 8.0 5.2
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
				さわらの西京焼き 切干大根の酢の物	クリームシチュー グリーンサラダ	海老と卵の中華炒め ビビンバ山菜
				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
				555 24.1 12.8 2.8	635 21.7 24.2 3.6	530 21.3 15.2 4.0
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
	ぶりの照焼き キャベツと竹輪の和え物	鶏肉とブロッコリーの 塩炒め しらすおろし	緑黄色野菜ポトフ 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
	549 24.2 13.7 3.6	516 22.2 11.9 3.8	601 15.0 28.5 3.4	607 20.7 20.3 4.2	571 18.6 26.3 4.7	546 22.0 12.5 4.1
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
	さけの南部焼き モロヘイヤのそぼろ和え	鶏じゃが がんものお好み焼き	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 めかぶとろろ	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	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 27.8 7.0 2.9	654 21.0 14.6 4.7	575 22.7 27.2 3.6	485 22.3 6.8 3.0	727 15.7 37.6 4.5	612 22.8 13.6 4.9
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
	あじの塩焼き 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	鶏肉の柚子胡椒焼き 大豆とひじきの煮物	ブラウンシチュー サラミとキャベツのサラダ	厚揚げ炒り豆腐 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
	509 25.1 6.9 4.5	590 21.9 17.2 2.9	486 14.5 21.5 3.2	575 25.6 16.0 2.9	676 26.0 26.2 4.2	677 29.0 24.1 3.7

※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

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	
30日	31日	5月				1日	
	ジャンボチキンカツ 金平れんこん ブロッコリーのチーズ和え						ポークカレー 花野菜のパペロンチーノ フルーツ
	Rice & Soup E P F 食塩相当量 1,014 30.6 33.3 4.9						Soup E P F 食塩相当量 899 26.8 31.0 5.5
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	
	憲法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	熊本 熊本ラーメン 春巻 サラダだけのこの葱塩和え	豚肉の醤油麹焼き 焼売 モロヘイヤのおひたし	ビーフカレー チーズポテト コールスローサラダ	
				Rice & Soup E P F 食塩相当量 976 38.5 36.2 3.5	Soup E P F 食塩相当量 1,090 27.4 44.1 4.9		
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	
HAPPY MOTHER'S DAY! 	牛焼肉 里芋の胡麻煮 かぶのさっぱり和え	SPECIAL EVENT アンガスビーフ ハンバーグ ひじきと蓮根のサラダ	ホキの明太マヨ焼き 野菜のバジルソテー 小松菜の和え物	鶏肉のカレーフリッター 海草サラダ デザート	回鍋肉 三色ナムル デザート	チキンカレー 野菜コロッケ キャベツと油揚げの煮びたし	
	Rice & Soup E P F 食塩相当量 931 25.0 34.8 3.7		Rice & Soup E P F 食塩相当量 740 30.2 26.9 3.4	Rice & Soup E P F 食塩相当量 830 36.1 18.9 3.6	Rice & Soup E P F 食塩相当量 1,033 26.1 45.2 4.5	Soup E P F 食塩相当量 987 29.4 32.8 6.3	
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	
	ポークチャップ カリフラワーとトマトのマリネ デザート	京都 京風カレーうどん メンチカツ わかめご飯	白身魚の竜田揚げ 冬瓜のかにかまあん ほうれん草の黒胡麻和え	親子丼 バリバリサラダ デザート	豚肉の葱塩炒め 高野豆腐の含め煮 いんげんのおかか和え	キーマカレー 白身魚フライ ポテトサラダ	
	Rice & Soup E P F 食塩相当量 920 28.4 30.9 4.8		Rice & Soup E P F 食塩相当量 718 32.5 13.9 5.5	Soup E P F 食塩相当量 878 33.6 20.9 3.8	Rice & Soup E P F 食塩相当量 882 33.2 30.7 4.4	Soup E P F 食塩相当量 973 34.6 35.0 5.5	
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	
	北海道 エスカロップ さつま芋きなこ トマトスープ	牛丼 温泉玉子 キャベツと大葉の胡麻酢和え	麻婆豆腐 チョレギサラダ デザート	Chef's Recommend 	豚肉の味噌焼き 雷こんにゃく きのおくら	ハヤシライス マカロニツナソテー 大根と水菜のサラダ	
		Soup E P F 食塩相当量 981 33.0 42.4 5.1	Rice & Soup E P F 食塩相当量 932 35.1 32.8 3.9		Rice & Soup E P F 食塩相当量 808 30.8 25.5 3.8	Soup E P F 食塩相当量 894 26.5 31.1 6.5	

※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