

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																	
   					ミックス スクランブルエッグ ツナと大根のサラダ	つみれと野菜の煮物 とろろ芋																	
					Bread & Soup		Rice & Soup																
					E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量											
					631	27.1	29.4	4.3	512	18.2	4.1	5.4											
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9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												
				542	23.6	12.8	2.9	576	19.2	22.9	3.3	528	21.3	15.0	4.0								
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16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	鶏肉のおろし煮 たまご豆腐	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 うの花																	
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												
549	24.1	13.7	3.6	516	22.4	11.9	4.0	577	15.4	25.9	3.4	608	24.1	16.8	4.0	589	18.5	27.8	4.8	561	18.2	14.2	5.0
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日																	
	さけの南部焼き モロヘイヤのそぼろ和え	海鮮あんかけ豆腐 茄子の生姜醤油がけ	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												
526	27.7	7.0	3.0	669	27.7	23.0	4.7	603	23.0	28.4	3.7	485	22.2	6.8	3.0	725	18.5	31.0	4.7	609	22.0	13.5	4.7
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日																	
	あじの塩焼き 竹輪とごぼうの炒り煮	目玉焼き& 肉野菜ソテー 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	チキンブラウンシチュー サラミとキャベツのサラダ	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												
508	25.1	7.0	4.4	578	22.9	19.4	2.4	481	14.1	20.2	2.8	567	24.8	15.6	2.9	658	25.7	24.6	4.2	607	25.2	17.7	3.7

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
					さけの柚子味噌焼き ベーコンと切干大根の炒め物 いんげんのピーナッツ和え Rice & Soup E: 719, P: 37.2, F: 14.5, 食塩相当量: 4.0	こってりトンテキ さつまいものレモン煮 もやしと人参の青じそ風味 Rice & Soup E: 931, P: 35.0, F: 29.5, 食塩相当量: 4.6
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
法記念日 	みどりの日 	こどもの日 	振替休日 	ご当地フェア -VOL.1- 山形赤湯風 辛味噌ラーメン 焼き餃子	豚肉の醤油麹焼き 焼売 モロヘイヤのおひたし Rice & Soup E: 964, P: 38.4, F: 36.1, 食塩相当量: 3.6	ビーフカレー オニオンリングフライ コールスローサラダ Soup E: 1,050, P: 25.2, F: 45.0, 食塩相当量: 4.9
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
HAPPY MOTHER'S DAY! 	牛焼肉 じゃが芋の胡麻意 かぶのさっぱり和え Rice & Soup E: 942, P: 24.5, F: 34.8, 食塩相当量: 3.7	ハンバーグ デミグラスソース ひじきと蓮根のサラダ デザート Rice & Soup E: 954, P: 30.4, F: 34.6, 食塩相当量: 5.1	ホキの明太マヨ焼き 野菜のバジルソテー 小松菜の中華和え Rice & Soup E: 743, P: 30.8, F: 27.3, 食塩相当量: 3.4	回鍋肉 三色ナムル デザート Rice & Soup E: 989, P: 25.9, F: 41.9, 食塩相当量: 4.5	Yogurt Day 白身魚の カレーフリッター 海草サラダ	三色丼 野菜コロッケ もずく酢 Soup E: 926, P: 33.0, F: 23.7, 食塩相当量: 5.6
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23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 Rice & Soup E: 931, P: 30.3, F: 31.2, 食塩相当量: 4.1	鶏肉の唐揚げ じゃが芋の金平 フルーツ Rice & Soup E: 984, P: 32.7, F: 34.2, 食塩相当量: 3.7	鯖の味噌煮 中華ポテト 春雨のマヨネーズ和え Rice & Soup E: 1,076, P: 27.3, F: 42.9, 食塩相当量: 4.1	チンジャオロース 小松菜と小エビの炒め物 中華冷奴 Rice & Soup E: 880, P: 39.2, F: 27.6, 食塩相当量: 6.3	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 Rice & Soup E: 880, P: 32.8, F: 30.7, 食塩相当量: 4.4	チキンカレー 白身魚フライ ポテトサラダ Soup E: 999, P: 33.1, F: 35.8, 食塩相当量: 6.2
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
	牛 丼 温泉玉子 キャベツと大葉の胡麻酢和え Soup E: 981, P: 33.0, F: 42.4, 食塩相当量: 5.1	ご当地フェア -VOL.1- 会津ソースカツ丼 あさりと白菜の 柚子胡椒炒め	麻婆豆腐 チョレギサラダ デザート Rice & Soup E: 932, P: 35.1, F: 32.8, 食塩相当量: 3.9	白身魚の竜田揚げ 里芋のかにかまあん ほうれん草の胡麻和え Rice & Soup E: 752, P: 32.6, F: 13.9, 食塩相当量: 5.4	豚肉の味噌焼き 雷こんにやく きのおくら Rice & Soup E: 844, P: 33.3, F: 27.6, 食塩相当量: 4.7	鶏と彩り野菜の 黒酢あんかけ ニラ玉炒め 豆もやしのナムル Rice & Soup E: 999, P: 35.7, F: 39.1, 食塩相当量: 5.1

※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