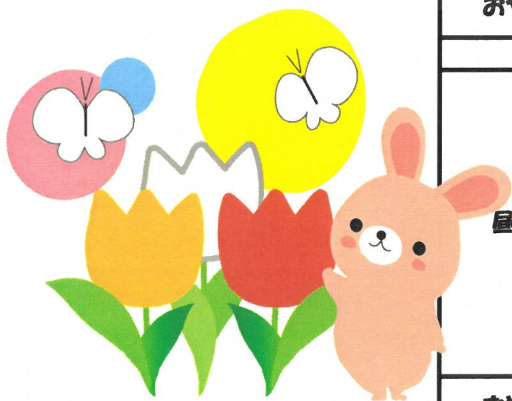
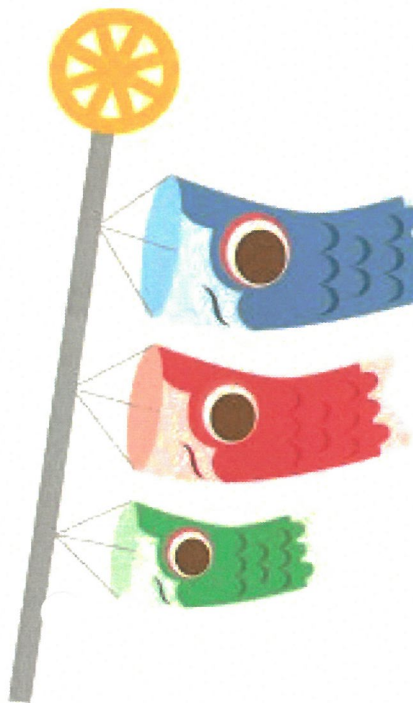




5月献立

				5月1日(木)	5月2日(金)	5月3日(土)
昼食				御飯 サーモンフライ 野菜炒め オクラのお浸し すまし汁(豆腐・万能葱) リンゴ缶 ベーコンチーズドック	スパゲッティミートソース ピーマン肉詰めフライ フロコリーサラダ スープ(玉葱・コーン) みかん缶 厚焼卵 	御飯 魚の塩焼き(サバ) レンコンのきんぴら 白菜のポン酢和え 味噌汁(豆腐・ミツバ) 洋梨缶 ポイルウインナー
				E 567kcal 蛋白 24.0g 食塩 2.1g	E 673kcal 蛋白 31.4g 食塩 5.1g	E 616kcal 蛋白 27.3g 食塩 3.5g
おやつ				バームクーヘン 100kcal	和のパンケーキ(きな粉&黒糖蜜) 59kcal	はちみつレモンゼリー 95kcal
				5月5日(月)	5月6日(火)	5月7日(水)
昼食	御飯 酢豚 ほうれん草の卵とじ レタスサラダ 中華スープ(白菜・カニカマ) パイ缶 コロケ	御飯 魚のチーズ焼き(タラ) じゃが芋の含め煮 ほうれん草のお浸し かき玉汁(卵・ニラ) バナナ 海老かつフライ	ポークカレー 白身魚フライ フロコリーのおかか和え コンソメスープ (菜の花・マッシュルーム) りんごヨーグルト オムレツ 	御飯 山菜そば ミニメンチカツ 温泉卵 黄桃缶 角あげの煮物	御飯 魚のムニエル(サバ) なすの揚げ煮 トマトのマリネ 味噌汁(庄内麩・みつば) フルーツカクテル缶 ロールキャベツ	御飯 タンダリー風チキン キャベツの塩炒め オニオンサラダ 味噌汁(なめこ・豆腐) パイ缶 カニクリーミーコロケ
	E 706kcal 蛋白 25.4g 食塩 3.7g	E 572kcal 蛋白 29.5g 食塩 2.8g	E 635kcal 蛋白 24.7g 食塩 3.4g	E 599kcal 蛋白 29.7g 食塩 4.4g	E 621cal 蛋白 23.7g 食塩 3.2g	E 625.3kcal 蛋白 23.2g 食塩 3.3g
おやつ	あんドーナツ 113kcal	黒糖ケーキ 66kcal	みたらし団子風デザート 83kcal	菓子パン(つぶあん) 134kcal	カステラ 105kcal	お楽しみおやつ
	5月12日(月)	5月13日(火)	5月14日(水)	5月15日(木)	5月16日(金)	
昼食	どんこつラーメン カニシューマイ 白菜サラダ 洋梨缶 チキンナゲット	御飯 魚のゆかり揚げ(メバル) 高野豆腐の煮物 いんげんのお浸し 味噌汁(ほうれん草・長ねぎ) 白桃缶 ヨーグルト	御飯 鶏肉のピリ辛焼 南瓜のレモン煮 ツナサラダ 味噌汁(豆腐・万葱) パイ缶 春巻き揚げ	寿司 茶碗蒸し すまし汁(豆腐・万能葱) オレンジ 	ビビンバ 筍のおかか煮 温泉卵 味噌汁(花魁・長ネギ) 黄桃缶 魚のフリッター	御飯 アジの竜田揚げ ウインナーのコンソメ煮 ほうれん草の和え物 すまし汁(とうもろこし・水菜) マンゴー缶 卵豆腐
	E 635kcal 蛋白 24.4g 食塩 4.7g	E 587kcal 蛋白 26.4g 食塩 2.9g	E 643kcal 蛋白 23.0g 食塩 2.6g	E 582kcal 蛋白 39.2g 食塩 3.4g	E 639kcal 蛋白 29.9g 食塩 3.2g	E 523kcal 蛋白 3.1g 食塩 3.4g
おやつ	吹雪まんじゅう 69kcal	焼きたーナツ(チョコ) 73kcal	スイスロール(コーヒー) 81kcal	マンゴープリン 34kcal	ワッフル 80kcal	ミニパンケーキ 71kcal
	5月19日(月)	5月20日(火)	5月21日(水)	5月22日(木)	5月23日(金)	5月24日(土)
昼食	御飯 煮込みハンバーグ 青梗菜とエノキの炒め物 マカロニサラダ 絹さやのスープ リンゴ缶 目玉焼き	鶏南蛮そば 春巻き揚げ インゲンの梅風味 フルーツカクテル缶 パンフキンサラダ	御飯 鶏肉の塩麹焼 卵の花の炒り煮 春菊の胡麻マヨ和え 味噌汁(エノキ・キャベツ) 白桃缶 厚焼玉子	御飯 魚の蒲焼(ツリ) 冬瓜の煮物 ほうれん草のナムル 味噌汁(オクラ・里芋) マンゴー缶 チーズハンペンフライ	御飯 豚肉のねぎ塩焼 フロコリーの相立あんかけ キャベツの香り和え 味噌汁(卵・ニラ) パイ缶 餃子	御飯 魚の味噌マヨネーズ焼き(タラ) 筍の炒め物 菜の花の酢味噌かけ コンソメスープ (じゃが芋・マッシュルーム) みかん缶 海老シューマイ
	E 591.4kcal 蛋白 18.9g 食塩 4.4g	E 627kcal 蛋白 25.4g 食塩 3.0g	E 558kcal 蛋白 25.1g 食塩 2.9g	E 686kcal 蛋白 27.2g 食塩 3.6g	E 604kcal 蛋白 26.3g 食塩 3.3g	E 602kcal 蛋白 29.2g 食塩 4.6g
おやつ	菓子パン(クリーム) 104kcal	和のパンケーキ(抹茶クリーム) 59kcal	カステラ 105kcal	メーブルフチケーキ 90kcal	パンケーキ(メーブルクリーム) 65kcal	おやつレク
	5月26日(月)	5月27日(火)	5月28日(水)	5月29日(木)	5月30日(金)	
昼食	五目いなりずし めばるのろうみ味噌焼 青梗菜の青じそ和え れんこんきんぴら いわしつみれ汁 ネモフィラゼリー 	御飯 魚の韓国風照焼(ツリ) 南瓜のいとこ煮 トマトのポン酢かけ 味噌汁(エノキ・春菊) リンゴ缶 スパゲッティサラダ	ちゃんぽんうどん 海老海鮮餃子 ほうれん草の磯和え オレンジ ビーマンの肉詰めフライ 	御飯 チキンピカタ ロールキャベツ インゲンの和え物 味噌汁(エノキ・菜の花) 洋ナシ缶 ヨーグルト	御飯 魚の生差焼き(マス) アスパラとハムの炒め物 春菊の柚子味噌掛け すまし汁(豆腐・万葱) マンゴー缶 ミニメンチカツ	御飯 揚げ鶏の南蛮漬 ほうれん草とベーコンの炒め物 もやしの中華サラダ 味噌汁(南瓜・万葱) 黄桃缶 肉団子
	E 591kcal 蛋白 24.8g 食塩 4.4g	E 636kcal 蛋白 24.1g 食塩 3.6g	E 582kcal 蛋白 24.9g 食塩 5.4g	E 577kcal 蛋白 26.2g 食塩 3.8g	E 623kcal 蛋白 29.7g 食塩 3.5g	E 581kcal 蛋白 23.2g 食塩 3.7g
おやつ	スイスロール(バニラ) 78kcal	イチゴムース 73kcal	ショコラフチケーキ 93kcal	シューアイス(バニラ) 64kcal	まんじゅう 71kcal	ヨーグルトケーキ 63kcal
	5月31日(土)					

土曜日は、選択食になります。AとBどちらかお選びください。