

			令和06年05月01日(水)	令和06年05月02日(木)	令和06年05月03日(金)	令和06年05月04日(土)	令和06年05月05日(日)					
朝			食パン スプレッド(アプロコット) スナッフエントウとベーコンのソテー フレンチサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳	御飯 味噌汁(玉葱・ワカメ) 厚揚げときのこの炒め煮 カリフラワーの梅おかか和え ヤクルト	御飯 味噌汁(南瓜・万能) 鶏肉と小松菜の煮びたし 納豆 ヤクルト	食パン スプレッド(いちご) スクランブルエッグ 牛蒡のサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳	御飯 味噌汁(揚げ・エリンギ) 豚挽肉とかぶの煮物 里芋の胡麻マヨ和え ヨーグルト					
昼			御飯 コンソメスープ(白菜・カイワレ) 白身魚のマスタード焼き スパニッシュオムレツ 菜の花の和え物	きじ焼き丼 清汁(ネギ・ワカメ) 牛ごぼう かぶサラダ	御飯 味噌汁(エノキ・春菊) 鯖の味噌煮 さつま揚げと蕪の煮物 れんこんとひじきのごまサラ	野菜ラーメン 中華盛り合わせ フルーツ缶(カクテル)	☆子供の日☆ サンドウィッチ コーンスープ ハンバーグ・ポテト コールスロー ぶどうゼリー					
おやつ			スイスロール	味噌饅頭	かすてら饅頭	ちよぼちよぼクッキー	和のパンケーキ					
夕			御飯 オニオンスープ ミートローフ かぶのくずあん フルーツ(黄桃缶)	キャロットライス コンソメスープ(エリンギ・チンゲン菜) スペイン風オムレツ コールスローサラダ いちごプリン	御飯 味噌汁(揚げ・万能) 海老と春雨の炒め物 金平大根 煮豆(うぐいす豆)	御飯 味噌汁(里芋・豆苗) 鶏肉のネギ塩だれ 牛蒡の土佐煮 フルーツ(白桃缶)	御飯 コンソメスープ(ジャガイモ・人参) ロールキャベツ ブロッコリーのベーコンソテー フルーツ(マンゴー缶)					
栄養価			エネルギー	1567kcal	エネルギー	1481kcal	エネルギー	1515kcal	エネルギー	1503kcal	エネルギー	1623kcal
			蛋白質	61.7g	蛋白質	52.4g	蛋白質	59.4g	蛋白質	62.4g	蛋白質	45.2g
			脂質	50.1g	脂質	42.3g	脂質	38g	脂質	47.3g	脂質	58g
			食塩相当	6.5g	食塩相当	8.7g	食塩相当	9.1g	食塩相当	7.1g	食塩相当	8.5g

	令和06年05月06日(月)	令和06年05月07日(火)	令和06年05月08日(水)	令和06年05月09日(木)	令和06年05月10日(金)	令和06年05月11日(土)	令和06年05月12日(日)							
朝	御飯 味噌汁(玉葱・麩) がんもと冬瓜の煮物 卵の花 ヤクルト	食パン スプレッド(いちご) ポトフ ブロッコリーとコーンのサラダ フルーツ(マンゴー缶) 牛乳	御飯 味噌汁(白菜・葉) 和風チャンプル 春菊のマヨ和え ヨーグルト	御飯 味噌汁(麩・畑菜) 鱈の塩焼き 小松菜の生姜醤油和え ヨーグルト	食パン スプレッド(ブルーベリー) ウインナーとキャベツソテー マカロニサラダ フルーツ(パイン缶) 牛乳	御飯 味噌汁(揚げ・ワカメ) ジャーマンポテト 小松菜の醤油和え ヤクルト	食パン スプレッド(アフリコット) ハムエッグ ほうれん草の和え物 フルーツ(りんご缶) 牛乳							
昼	御飯 中華スープ(青菜・エノキ) 肉団子の甘酢あん カフラワーとしめじのカレーソ 白菜のナムル	御飯 味噌汁(芋・チンゲン菜) 鶏肉のごま味噌焼き 五目ひじき キャベツのサウザン和え	御飯 コンソメスープ(青菜・エノキ) デミグラスハンバーグ じゃがいものたらこマヨ和え 春雨とツナのサラダ	天津井 味噌汁(エノキ・コマツナ) もやしのピリ辛炒め ブロッコリーのサラダ	ミートスパゲティ コンソメスープ フレンチサラダ フルーツ(マンゴー缶)	御飯 コンソメスープ(シロネ・豚挽肉) 白身魚のトマト煮 きのこソテー 小松菜の辛子マヨ和え	☆母の日☆ 赤飯 味噌汁(サツマ芋・万能) 鱈のキノコあんかけ かぶの煮物 レンコンのたらこマヨ和え							
おやつ	プリン	ドームケーキ	そば饅頭	どら焼き	ハッピーターン	クリームサンド	おはぎ							
夕	御飯 清汁(ツレ・サヤ) 鯖の葱焼き チンゲン菜と牛肉の炒め パインゼリー	チャーハン 中華スープ(ネギ・木耳) 海老と卵のチリソース マンゴープリン	御飯 コンソメスープ(エノキ・チンゲン菜) メルルーサのムニエル 車麩の煮物 ピーチゼリー	御飯 味噌汁(モヤシ・ワカメ) たらの煮付け 小松菜と挽肉の炒め物 フルーツ(りんご缶)	御飯 たまごスープ チキンのホワイトソースがけ 茄子の揚げ煮 マスカットゼリー	御飯 味噌汁(大根・ワカメ) 鶏肉の唐揚げ えびとインゲンの塩炒め いちごゼリー	御飯 味噌汁(豆腐・オクラ) さわらの塩焼き ごぼうとチキンの和風サラダ 煮豆(黒豆)							
栄	エネルギー	1478kcal	エネルギー	1535kcal	エネルギー	1507kcal	エネルギー	1442kcal	エネルギー	1490kcal	エネルギー	1461kcal	エネルギー	1505kcal
養	蛋白質	55.7g	蛋白質	59g	蛋白質	51.1g	蛋白質	61.7g	蛋白質	54.2g	蛋白質	52.1g	蛋白質	65g
価	脂質	35.8g	脂質	38.2g	脂質	36.9g	脂質	36.3g	脂質	44.9g	脂質	45.8g	脂質	40.7g
	食塩相当	7.7g	食塩相当	8g	食塩相当	7.2g	食塩相当	7.4g	食塩相当	7g	食塩相当	7.5g	食塩相当	8.1g

	令和06年05月13日(月)	令和06年05月14日(火)	令和06年05月15日(水)	令和06年05月16日(木)	令和06年05月17日(金)	令和06年05月18日(土)	令和06年05月19日(日)							
朝	御飯 味噌汁(揚げ・サヤ) 卵と野菜のソテー 畑菜の和え物 ヤクルト	御飯 味噌汁(かぼちゃ・万能) 厚揚げのそぼろ炒め 春菊の和え物 ジョア	御飯 味噌汁(高野豆腐・葱) 挽肉と青菜の炒め ポテトサラダ ヨーグルト	食パン スプレッド(りんご) クリームポターージュ ブロッコリーのサウザンサラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳	御飯 味噌汁(豆腐・万葱) 鶏団子の煮物 ほうれん草の胡麻マヨ和え ヤクルト	御飯 味噌汁(アサリ・万能) 卵とじ いんげんの柑橘和え ヨーグルト	食パン スプレッド(チョコ) ミネストローネ ブロッコリーとエビのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳							
昼	そら豆ご飯 清汁(アサリ・ネギ) 肉じゃが 白和え ピーチゼリー	御飯 中華スープ(卵・木耳) 麻婆豆腐 春巻き 青菜の辛子和え	御飯 清汁(花麩・サヤ) 鶏の味噌マヨ焼き レンコンの炒め旨煮 ブロッコリーとハムのフレンチサ	御飯 味噌汁(豆苗・豆腐) 白身魚のフライ 里芋のにっころがし 青りんごゼリー	ピラフ クリームシチュー イタリアンサラダ フルーツ(マンゴー)	御飯 コンソメスープ(白菜・人参) 鱈の菜種焼き 畑菜の煮びたし 人参サラダ	御飯 コンソメスープ(えのき・万能) 鶏肉のピカタ 小松菜ソテー カリフラワーのフレンチ和え							
おやつ	星たべよ	黒糖饅頭	コアラのマーチ	酒まんじゅう	チョコパン	炭酸饅頭	カスタードケーキ							
夕	御飯 ワカメスープ 豚キムチ炒め ほうれん草とイカの醤油和え 杏仁豆腐	カニ風味丼 味噌汁(エノキ・コマツナ) 高野豆腐と冬瓜の煮物 カリフラワーのレモン和え	御飯 清汁(コーン・サヤ) 白身魚の甘酢あんかけ 里芋の含め煮 煮豆(白花豆)	御飯 味噌汁(豆腐・葉) 豚肉とピーマンのオイスター炒め 海老焼売 白菜とチキンのサウザンサラダ	御飯 つみれ汁 厚揚げとえびの旨煮 ほうれん草の和え物 フルーツ(カクテル缶)	御飯 かき卵汁 和風酢豚 野菜ギョウザ マスカットゼリー	御飯 味噌汁(芋・葉) 魚と野菜の吹き寄せ煮 とろろ 抹茶ババロア							
栄	エネルギー	1460kcal	エネルギー	1497kcal	エネルギー	1491kcal	エネルギー	1581kcal	エネルギー	1456kcal	エネルギー	1570kcal	エネルギー	1453kcal
養	蛋白質	58.8g	蛋白質	58.3g	蛋白質	56.6g	蛋白質	63.3g	蛋白質	49.5g	蛋白質	65.4g	蛋白質	62.7g
価	脂質	43.7g	脂質	38.6g	脂質	42g	脂質	39.7g	脂質	33.7g	脂質	43.6g	脂質	33.2g
	食塩相当	8.1g	食塩相当	8.3g	食塩相当	7.4g	食塩相当	8g	食塩相当	8.1g	食塩相当	8.1g	食塩相当	7.2g

	令和06年05月20日(月)	令和06年05月21日(火)	令和06年05月22日(水)	令和06年05月23日(木)	令和06年05月24日(金)	令和06年05月25日(土)	令和06年05月26日(日)							
朝	御飯 味噌汁(白菜・青菜) 炒り豆腐 畑菜とキノコのマヨ和え ヤクルト	御飯 味噌汁(シメジ・青菜) 車麩の煮物 二色野菜のカニカマ和え ヤクルト	食パン スプレッド(アブリコット) ミートボール 大根サラダ フルーツ(白桃缶) 牛乳	御飯 味噌汁(ツミレ・万能) 肉詰めいなり 白菜の青じそサラダ ジョア	御飯 味噌汁(高野・畑菜) 鱈の塩焼き 春菊のわさび和え ヤクルト	食パン スプレッド(いちご) ほうれん草とあさりのバターソ ブロッコリーとツナのサラダ フルーツ(カクテル) 牛乳	御飯 味噌汁(アサリ・カイワレ) 五目煮豆 小松菜のごま和え ヤクルト							
昼	チキンカレー コンソメスープ(人参・青菜) ブロッコリーのレモン和え フルーツ(リンゴ缶)	御飯 オニオンスープ かじきのマヨネーズ焼き 白滝と木耳の炒め カラフルサラダ	☆ご当地メニュー☆ じゃじゃ麺 中華スープ(万能・ワカメ) ちくわ磯辺天 白菜の辛子和え	御飯 コンソメスープ(玉ねぎ・パセリ) タンドリーチキン ツナポテト 大根とハムのサラダ	御飯 清汁(トロ昆布・春菊) フライ盛合わせ さつまいも甘露煮 もやしとほうれん草のサラダ	牛丼 味噌汁(人参・葉) 白菜の浅漬け フルーツ(白桃缶)	御飯 豚汁 ぶりの山椒焼き 焼きビーフン フルーツ(りんご缶)							
おやつ	マドレーヌ	チョコパイ	バウムクーヘン	レモンケーキ	ソフトサラダ	メロンパン	上用饅頭							
夕	御飯 清汁(ネギ・人参) さけの味噌焼き 昆布と里芋の煮物 うぐいす豆	御飯 味噌汁(モヤシ・葉) 鶏肉の治部煮 えびとキャベツの炒め 煮豆(うぐいす豆)	御飯 中華スープ(卵・椎茸) 豚肉のとろとろ甘酢炒め 焼売 フルーツ(マンゴー缶)	御飯 味噌汁(麩・葉) さわらのみぞれがけ 里芋のごま煮 煮豆(うぐいす豆)	御飯 清汁(素麺・シロナ) 豚肉の味噌炒め ブロッコリーの中華和え 煮豆(白花豆)	御飯 清汁(素麺・青菜) カレイの胡麻焼き 揚げだし豆腐 フルーツ(りんご缶)	いなり寿司 清汁(ツミレ・畑菜) 山菜の含め煮 ほうれん草のおかか和え							
栄	エネルギー	1473kcal	エネルギー	1479kcal	エネルギー	1661kcal	エネルギー	1447kcal	エネルギー	1478kcal	エネルギー	1534kcal	エネルギー	1451kcal
養	蛋白質	51.2g	蛋白質	53.4g	蛋白質	63.9g	蛋白質	61.9g	蛋白質	51.3g	蛋白質	58.6g	蛋白質	53.4g
価	脂質	37.8g	脂質	44.6g	脂質	59.6g	脂質	32.5g	脂質	31.8g	脂質	51.2g	脂質	35.8g
	食塩相当	7.7g	食塩相当	7.9g	食塩相当	7.3g	食塩相当	8.7g	食塩相当	8g	食塩相当	7.3g	食塩相当	8.8g

	令和06年05月27日(月)	令和06年05月28日(火)	令和06年05月29日(水)	令和06年05月30日(木)	令和06年05月31日(金)							
朝	食パン スプレッド(ブルーベリー) コーンスープ カリフラワーとしめじのサラダ フルーツ(りんご缶) 牛乳	御飯 味噌汁(白菜・豆苗) いわしの蒲焼 春菊の和え物 ヤクルト	御飯 味噌汁(揚げ・葉) かぶと鶏肉の煮物 オクラのポン酢和え ヨーグルト	御飯 味噌汁(豆腐・青菜) 鮭の塩焼き カリフラワーのゆずしょうゆ和え ヤクルト	御飯 味噌汁(揚げ・葉) 豆腐とカニのあん煮 かぶの青じそ和え ヤクルト							
昼	御飯 中華スープ(万能・ワカメ) 八宝菜 二色焼売 いんげんとツナのマヨ和え	御飯 清汁(アサリ・春菊) 豆腐ハンバーグ きざみ昆布の煮物 小松菜のわさびマヨネーズ和え	御飯 味噌汁(白菜・シロ) ホキの揚げ煮 チキンともやしの炒め インゲンの三杯酢	御飯 味噌汁(里芋・万能) チキンの焼き南蛮 ポークビーンズ かぼちゃサラダ	御飯 味噌汁(豆腐・葉) 豚肉ともやしの塩麴炒め 炊き合わせ 小松菜の辛子マヨ和え							
おやつ	水まんじゅう	まがりせんべい	焼きドーナツ	ぼたぼた焼き	抹茶シフォンケーキ							
夕	御飯 味噌汁(大根・葉) 豚ロースのバター醤油焼き 冬瓜のくず煮 煮豆(白花豆)	御飯 中華スープ(卵・パセリ) 牛肉の韓国風炒め ナムル フルーツ(リンゴ缶)	御飯 味噌汁(大根・葉) 肉豆腐 春雨サラダ フルーツ(マンゴー缶)	ゆかりご飯 味噌汁(南瓜) 擬制豆腐 きんぴられんこん フルーツ(白桃缶)	御飯 味噌汁(揚げ・ワカメ) ぶりの香味焼き 茄子の炒め煮 キャベツのからし和え							
栄	エネルギー	1541kcal	エネルギー	1452kcal	エネルギー	1470kcal	エネルギー	1518kcal	エネルギー	1629kcal		
養	蛋白質	58.7g	蛋白質	51.1g	蛋白質	55.7g	蛋白質	58.6g	蛋白質	61.1g		
価	脂質	43.4g	脂質	44.5g	脂質	42.5g	脂質	44.2g	脂質	60.8g		
	食塩相当	7.4g	食塩相当	7.8g	食塩相当	8.3g	食塩相当	8.4g	食塩相当	8.5g		