












	朝食	昼食	夕食	15時
5月2日 (月) エネルギー 1535 たんぱく質 57.6	御飯 小松菜の煮浸し 納豆・長葱 漬物 味噌汁 牛乳 	御飯 イタリアンオムレツ ミートボールのコンソメ煮 ブロッコリーのからし和え コンソメスープ フルーツ	御飯 豚肉のソース焼 インゲンとツナの炒め物 南瓜のサラダ コンソメスープ	ヨモギまんじゅう
5月3日 (火) エネルギー 1502 たんぱく質 56.4	御飯 茄子と豚肉の味噌炒め オクラのシラス和え ふりかけ 味噌汁 牛乳 	御飯 豚肉とインゲンの中華炒め 揚げボールの中華煮 春雨の中華サラダ 中華スープ フルーツ	御飯 マルの生姜煮 れんこんきんぴら かぶの酢味噌和え 味噌汁 	スイスロール
5月4日 (水) エネルギー 1547 たんぱく質 55.4	御飯 角あげの煮物 小松菜の磯辺和え 梅びしお 味噌汁 牛乳 	御飯 豚肉と野菜の味噌炒め ごぼうの炒り煮 ホウレン草の胡麻和え すまし汁 フルーツ	御飯 大根とつみれの煮物 キャベツの塩炒め モヤシのサラダ 味噌汁	パンナコッタ
5月5日 (木) エネルギー 1666 たんぱく質 62.8	御飯 玉子ロール チンゲン菜のドレッシング和え ふりかけ 味噌汁 牛乳 	オムライス ハンバーグとウインナー フルーツサラダ きのこスープ コーヒーゼリー 	御飯 サバの塩焼 センマイとサツマ揚げの煮物 胡瓜とワカメのポン酢和え すまし汁	子供の日どらやき
5月6日 (金) エネルギー 1558 たんぱく質 56.6	御飯 春菊と庄内麩の煮浸し カリフラワーのサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳 	御飯 シラのハーブグリル じゃが芋のミルク煮 小松菜のサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 肉野菜炒め なすの煮物 インゲンの黒ゴマ和え 味噌汁	チョコバームクーヘン
5月7日 (土) エネルギー 1582 たんぱく質 55.8	食パン 目玉焼 ブロッコリー・コーンサラダ ジャム コンソメスープ 牛乳	御飯 エビカツフライ 大根とあさりの炒め煮 小松菜の和風ドレッシング 味噌汁 フルーツ	御飯 サワラの若菜蒸 さつまい芋の煮物 キャベツのポン酢和え 味噌汁 	ワッフル
5月8日 (日) エネルギー 1519 たんぱく質 58.2	御飯 アスパラとハムの炒め物 スパゲティサラダ 鯛味噌 味噌汁 牛乳 	御飯 ホキの磯辺揚げ モヤシとピーマンの塩炒め 青梗菜のなめ茸和え 味噌汁 フルーツ 	御飯 鶏肉の中華風照焼 里芋の含め煮 人参のツナ和え すまし汁	ケーキ

【MEMO】

