



メニュー (7日間)

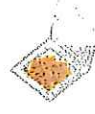
令和7年5月5日

～

令和7年5月11日

【★常食Ⅰ】



	朝食	昼食	夕食	15時
5月5日 (月)  エネルギー 1688 たんぱく質 57.6 食塩相当量 11.6	御飯 春菊ときのこの煮浸し 納豆・長葱 味噌汁 牛乳 	玉子チャーハン 油淋鶏(ユリチー) 春雨の中華サラダ ワンタンスープ 杏仁豆腐	御飯 豆腐ハンバーグ 茸ソース 白菜の塩炒め かぶのサラダ 味噌汁 のりの佃煮 	ケーキ
5月6日 (火) エネルギー 1512 たんぱく質 56 食塩相当量 8.4	食パン キャベツソテー 玉子サラダ チョコレートクリーム コンソメスープ 牛乳	御飯 魚(シラバ)のハーブグリル じゃが芋のミルク煮 小松菜のサラダ トマトスープ フルーツ	御飯 鶏肉の中華炒め なすの煮物 カリフラワー・梅肉和え 味噌汁 	ミニたい焼 
5月7日 (水) エネルギー 1443 たんぱく質 53 食塩相当量 8.1	御飯 厚焼卵 金時煮豆 ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 青椒肉絲(豚) 生揚げと野菜の中華旨煮 キュウリとワカメの中華和え 中華スープ フルーツ	御飯 和風あんかけハンバーグ 大根の煮物 キャベツの辛子マヨネーズ和え 味噌汁	抹茶ゼリー
5月8日 (木) エネルギー 1396 たんぱく質 55.3 食塩相当量 10.4	食パン ウィナーの野菜炒め スパゲティサラダ りんごジャム コンソメスープ 牛乳	ちゃんぽんうどん モヤシとピーマンの塩炒め 青梗菜のなめ茸和え フルーツ	御飯 鰹の葱味噌焼 里芋の含め煮 かぶのツナ和え かき玉汁 	メープルパンケーキ
5月9日 (金) エネルギー 1454 たんぱく質 57.7 食塩相当量 7.8	御飯 生揚げの含め煮 ホトトギスサラダ ふりかけ 味噌汁 牛乳	御飯 豚肉と大根の甘辛煮 ホウレン草とベーコンの炒め物 菜の花の胡麻和え 味噌汁 フルーツ 	御飯 えび玉 キャベツの三色炒め カリフラワーの甘酢漬け 中華スープ	吹雪まんじゅう
5月10日 (土) エネルギー 1547 たんぱく質 58.8 食塩相当量 8	食パン かぶの洋風煮 マカロニサラダ ピーナッツクリーム コンソメスープ 牛乳 	御飯 鶏肉のパン粉焼 茄子のトマト煮 オニオンサラダ ホタージュ フルーツ	御飯 メパルの味噌マヨネーズ焼 ごぼうの田舎煮 青梗菜のサラダ すまし汁 	ベルギーワッフル
5月11日 (日)  エネルギー 1386 たんぱく質 57.2 食塩相当量 8.7	御飯 ホウレン草の煮浸し 卵豆腐 ふりかけ 味噌汁 牛乳	チーズトマト雑炊 魚のムニエル(マス) キャベツとシメジのソテー シェルマカロニサラダ コンソメスープ チョコプリン	御飯 豆腐とえびの中華うま煮 さつま芋のレーズン煮 菜の花の辛子和え 中華スープ 	メープルチーズケーキ

【MEMO】

