

# 令和5年5月 献立表

	5月7日(日)	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)
朝食	メロンパン	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	ブロッコリーサラダ	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	大根菜炒め煮	ベーコンのスープ煮	照り焼き肉団子	ピーマンソテー	ちくわ照り煮	がんも煮
	果物 	果物	牛乳	果物 	牛乳	果物	果物 
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	465Kcal 1.4g	365Kcal 2.1g	504Kcal 2.1g	354Kcal 2.3g	474Kcal 1.3g	335Kcal 2.0g	371Kcal 2.4g
昼食	御飯	焼き鳥丼	御飯	御飯	御飯	御飯	おにぎり
	酢豚	菜の花の和え物	すき煮	白身魚の天ぷら	豚肉の生姜焼き	ひき肉のせ豆腐ステーキ	ナポリタンスパゲティ
	白花豆煮	清汁	ピーマンのそぼろ煮	添え(天つゆ)	添え(キャベツ)	添え(ソテー)	ブロッコリーのマヨ和え
	チンゲン菜中華和え	果物	たたき胡瓜	ひじき煮	小松菜煮浸し	ビーフン炒め	コンソメスープ
	中華スープ 		味噌汁	コールスロー	海藻サラダ	コーンサラダ	
				清汁	味噌汁 	清汁 	
	599Kcal 2.9g	535Kcal 3.1g	593Kcal 2.7g	590Kcal 2.8g	500Kcal 2.9g	689Kcal 2.4g	653Kcal 3.0g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	お豆腐グラタン	豚の艶炒め	鮭の塩焼き	鶏肉の香味焼	肉団子の中華あん	ぶりのつけ焼き	筑前煮
	なすの揚げ浸し	添え(ブロッコリー)	添え(和え物)	添え(キャベツ)	長芋の白煮	添え(白葱・人参)	蒸しニラ饅頭
	カリフラワーの甘酢和え	じゃが芋の煮っころがし	若竹煮	切干大根煮	いんげんのごま和え	なすの甘辛炒め煮	しろ菜の和え物
	味噌汁 	オクラとツナのドレ和え	ほうれん草のお浸し	大根菜のかか和え	味噌汁	柚子もずく酢	味噌汁
		味噌汁	味噌汁 	味噌汁		味噌汁 	
	595Kcal 3.2g	624Kcal 2.7g	448Kcal 2.5g	594Kcal 2.5g	540Kcal 3.6g	558Kcal 2.8g	612Kcal 2.9g
総合計	1659Kcal 7.5g	1524Kcal 7.9g	1545Kcal 7.3g	1538Kcal 7.6g	1514Kcal 7.8g	1582Kcal 7.2g	1636Kcal 8.3g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。