

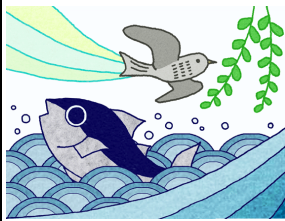
週間予定献立表



2016年5月16日

～

2016年5月22日

	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)
朝	御飯 納豆 じゃが芋のそぼろ煮 菜の花のお浸し 味噌汁(白菜・きぬさや) ヨーグルト	御飯 温泉卵 大根のじゃこ煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁(里芋・しいたけ) 牛乳	御飯 たまごとし キャベツの土佐和え 昆布佃煮 味噌汁(白菜・高野豆腐) ヨーグルト	御飯 白菜と車麩の煮物 菜の花のポン酢和え とろろ芋 味噌汁(えのき・葉大根) 牛乳	御飯 鮭の塩焼き 切干大根の煮付け ふりかけ 味噌汁(わかめ・ねぎ) ヤクルト	御飯 生揚げの煮物 ほうれん草のお浸し 梅干し 味噌汁(じゃが芋・わかめ) 野菜ジュース	御飯 厚焼き玉子 小松菜と油揚げの煮浸し 味付けのり 味噌汁(もやし・しいたけ) 牛乳
昼	御飯 八宝菜 ひきな炒り マカロニサラダ 果物(バナナ) コンソメスープ	御飯 豚肉の味噌炒め かぼちゃサラダ ブロッコリーの辛子和え パインムース 味噌汁(もやし・しめじ)	5月の行事食 	御飯 肉豆腐 和風ジャーマンポテト チンゲン菜のごま和え 果物(オレンジ) 味噌汁(キャベツ・いんげん)	ポークカレー コールスローサラダ 福神漬 ピーチヨーグルト コンソメスープ	御飯 さわらのしそ香焼き 豆腐とエビの中華旨煮 小松菜と竹輪のお浸し 果物(みかん缶) 清汁(高野豆腐・みつば)	御飯 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ ブロッコリーのごまマヨ和え 果物(洋梨缶) コンソメスープ
おやつ	カスタードプリン	豆蒸しパン	抹茶ケーキ	いちごプリン	きな粉蒸しパン	チョコババロア	コーヒーゼリー
夕	御飯 鮭のタルタルソース焼き 厚揚げの煮物 即席漬け 味噌汁(とろろ昆布・万能ねぎ)	御飯 さわらの和風ステーキ がんもの含め煮 漬物 味噌汁(わかめ・じゃがいも)	御飯 鶏肉の中華風漬け焼き かぶのそぼろあん ゆかり和え 味噌汁(さつま芋・人参)	わかめ御飯 千草蒸し 春雨炒め 煮豆 味噌汁(ほうれん草・麩)	御飯 ほっけの照焼き かぼちゃのいとし煮 漬物 味噌汁(かまぼこ・きぬさや)	御飯 鶏肉のみそマヨ焼き 切昆布の煮物 漬物 味噌汁(えのき・にら)	御飯 たらのクリームソースかけ れんこんの金平 漬物 味噌汁(わかめ・油揚げ)
エネルギー	1629Kcal	1747Kcal	1557Kcal	1592Kcal	1628Kcal	1567Kcal	1583Kcal
タンパク質	60.7g	70.2g	79.1g	60.6g	59.8g	65.4g	62.6g
脂質	37.0g	38.8g	27.6g	31.8g	27.0g	39.4g	40.0g
食塩	7.7g	9.2g	9.4g	8.3g	9.1g	8.7g	8.4g

*仕入れ等の都合により変更することがあります。