

平成26年度 05月献立

月	火	水	木	金
			1	2
			白ごはん(ジャー) 唐揚げ キャベツとわかめの酢の物 かぼちゃの煮物 チンゲン菜のお浸し	白ごはん(ジャー) 白身魚のフライ ケチャップ 筍の土佐煮 さつまいもの天ぷら ひじきの煮物 枝豆とコーンの塩ゆで
			468kcal 蛋白12.3g 脂質14.0g 塩分2.5g	461kcal 蛋白12.5g 脂質13.3g 塩分2.5g
5	6	7	8	9
子どもの日	振り替え休日	白ごはん(ジャー) エビの天ぷら オクラの天ぷら 揚げ里芋のみたらし風 切干大根の煮物 野菜炒め	すき焼き丼 りんごジュース	白ごはん(ジャー) 鯖のトマトソース 卵焼き 椎茸とグリーンピースの甘煮 手作りコロッケ 春雨酢の物
		463kcal 蛋白13.2g 脂質13.9g 塩分2.5g	472kcal 蛋白12.9g 脂質13.8g 塩分2.5g	453kcal 蛋白12.6g 脂質13.2g 塩分2.5g
12	13	14	15	16
白ごはん(ジャー) ハンバーグ デミグラスソース フライドポテト 人参の天ぷら 枝豆 スパゲティサラダ	白ごはん(ジャー) イカフライ タルタルソース いんげんの煮物 コーンの煮物 ちくわの磯辺揚げ 春雨の酢の物	白ごはん(ジャー) 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのミルク煮 レンコンの甘辛煮 高野の煮物 大根とハムのサラダ	わかめごはん(ジャー) 鮭のマヨコーン焼き 肉団子 筑前煮 オクラの天ぷら マカロニソテー	白ごはん(ジャー) 鶏肉のオニオン焼き レンコンの天ぷら 大根のそぼろ煮 彩り野菜の焼きビーフン
443kcal 蛋白11.3g 脂質12.9g 塩分2.5g	452kcal 蛋白12.0g 脂質13.0g 塩分2.5g	438kcal 蛋白11.9g 脂質12.3g 塩分2.5g	438kcal 蛋白12.3g 脂質13.3g 塩分2.5g	458kcal 蛋白13.0g 脂質13.3g 塩分2.5g
19	20	21	22	23
白ごはん(ジャー) 白身魚の和風あかけ ブロッコリーとカニのサラダ 筍の煮物 パプリカのおかか和え	白ごはん(ジャー) 酢豚 大根の田楽 かぼちゃサラダ ミニトマト れんこん天ぷら	白ごはん(ジャー) 唐揚げ イタリانسパゲティ コーンといんげんのオイスター炒め なすの生姜醤油	白ごはん(ジャー) 焼き肉 ちくわの天ぷら 切干大根のハムマヨ ブロッコリー天	カレーライス りんごジュース
472kcal 蛋白11.8g 脂質12.9g 塩分2.4g	470kcal 蛋白12.3g 脂質13.9g 塩分2.6g	458kcal 蛋白13.2g 脂質14.0g 塩分2.5g	441kcal 蛋白12.6g 脂質13.0g 塩分2.5g	445kcal 蛋白9.7g 脂質13.9g 塩分2.4g
26	27	28	29	30
白ごはん(ジャー) 豚肉の柳川風 ひじきとツナのマヨサラダ マカロニトマトソース 手づくりコーンコロッケ なすの煮物	白ごはん(ジャー) 鶏肉の照り焼き 揚げじゃがのカレー風味 卵焼き かぼちゃのグラッセ 五目豆	白ごはん(ジャー) サワラの塩麹焼き 筑前煮 切干大根の煮物 白花豆のグラッセ さつまいもの天ぷら	白ごはん(ジャー) イカの天ぷら中華あん 山菜の煮物 キャベツとおかかのサラダ ミニトマト レンコンの甘辛煮	ハヤシライス りんごジュース
453kcal 蛋白11.8g 脂質12.9g 塩分2.4g	445kcal 蛋白12.8g 脂質13.1g 塩分2.5g	456kcal 蛋白12.6g 脂質13.3g 塩分2.4g	453kcal 蛋白12.8g 脂質13.6g 塩分2.4g	448kcal 蛋白12.5g 脂質13.3g 塩分2.4g

仕入れの都合により、メニューに変更が生じる場合があります。どうぞご了承くださいませ。