

週間予定献立表

日付	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日
曜日	日	月	火	水	木	金	土
朝	御飯	御飯	パン	御飯	卵粥	麦御飯	御飯
	味噌汁(小松菜、麩)	味噌汁(きゃべつ、大根葉)	コーンスープ	味噌汁(畑菜、麩)	味噌汁(もやし、ねぎ)	味噌汁(なす、三つ葉)	味噌汁(ほうれん草、人参)
	厚焼き卵	じゃが芋のそぼろ煮	ウインナーソテー	ちくわの煮物	厚揚げの吉野煮	ミートボール柚子卸	シラスの卵とじ
	いんげんの胡麻マヨあえ	納豆	ミモザサラダ	白菜のおかか和え	ツナ和え	ほうれん草の白和え	オクラのお浸し
	たいみそ	牛乳	いちごジャム	うめぼし	牛乳	ふりかけ(たらこ)	のり佃煮
	牛乳		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳
エネルギー	525kcal	495kcal	507kcal	407kcal	440kcal	441kcal	461kcal
昼	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	味噌汁(白菜、貝割れ)	味噌汁(玉ねぎ、きぬさや)	すまし汁(はんぺん、豆苗)	中華スープ(ワンタン、ねぎ)	すまし汁(とろろ、貝割れ)	味噌汁(わかめ、長葱)	コンソメスープ
	漬物(高菜漬け)	コンポート(マンゴー缶)	漬物(胡瓜漬)	コンポート(黄桃缶)	漬物(赤しその実漬)	コンポート(洋梨缶)	漬物(赤しその実漬)
	A鯖の生姜醤油焼き	Aあんかけうどん	Aほっけの塩焼き	A中華風卵焼き	Aたらのポテト焼き	A揚げ豆腐の野菜あん	Aほきのムニエル和風タルタルソース
	B焼き鳥丼	Bお魚ハンバーグ照り焼きソース	Bとんかつ	B鶏肉の生姜炒め	B松風焼き	B鯡の南蛮漬け	Bチンゲン菜と豚肉の炒め
	かぶの水晶煮	かにしゅうまい	きんぴらごぼう	なすの甘醤油煮	五目煮	小松菜の炒めもの	じゃが芋の煮物
	ブロッコリーのピーナツ和え	カリフラワーの中華サラダ	菜の花のカニカマ和え	ほうれん草の和え物	青梗菜の和風和え	ブロッコリーのおろし醤油和え	しろなのわさび和え
Aエネルギー	486kcal	568kcal	441kcal	560kcal	529kcal	667kcal	565kcal
Bエネルギー	474kcal	537kcal	537kcal	558kcal	433kcal	486kcal	473kcal
おやつ	クッキー・ジョア	ブドウゼリー・牛乳	炭酸饅頭・牛乳	杏仁ムース・ジョア	チョコパイ・牛乳	抹茶ムース・ジョア	ピーチゼリー・牛乳
おやつエネルギー	125kcal	110kcal	128kcal	113kcal	220kcal	120kcal	110kcal
夕	御飯	御飯	御飯	御飯	エビピラフ	御飯	御飯
	味噌汁(じゃが芋、わかめ)	味噌汁(大根、三つ葉)	味噌汁(豆腐、かぶの葉)	味噌汁(しめじ、わかめ)	コンソメスープ(畑菜、ベーコン)	味噌汁(南瓜、貝割れ)	味噌汁(もやし、麩)
	牛肉と玉ねぎの煮込み	白身魚の揚げ煮	鶏肉の葱塩焼き	ますの幽庵焼き	カリフラワーサラダ	ぶりの煮付け	鶏肉のチーズ焼き
	しろ菜の炒めもの	ほうれん草のゴマよごし	春雨と野菜のチャプチェ	さつま芋のマセドニアンサラダ	フルーツ(キウイ)	冬瓜の煮物	いんげんソテー
	コンポート(洋梨缶)	昆布佃煮	フルーツ(バナナ)	浅漬け		漬物(赤胡瓜漬)	フルーツ(パイナップル)
エネルギー	469kcal	513kcal	508kcal	477kcal	402kcal	454kcal	468kcal