



# 予定献立表



## 基本食1400

	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)
朝食	御飯130g 味噌汁 卵焼き ゆずみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 刻みオクラ のり佃煮 牛乳	御飯130g 味噌汁 納豆 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 冷奴 梅びしお 牛乳	御飯130g 味噌汁 切昆布大豆煮 いりこみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 スクランブルエッグ たいみそ 牛乳	御飯130g 味噌汁 オクラ納豆 ゆずみそ 牛乳
昼食	御飯130g 白身魚のピザ焼き さつま芋のサラダ 赤出し 果物	御飯130g 鶏肉のマヨネーズ焼き らっきょうサラダ ワカメスープ 漬物	オムライス 鶏の唐揚げ ポテトサラダ オニオンスープ フルーツ	御飯130g 豚肉のスタミナ炒め さつま芋のニラサラダ のっぺい汁 果物	御飯130g 魚のタンドリー風 ポテトサラダ 具だくさん汁 漬物	御飯130g ポークチャップ もやしのナムル ニラ玉スープ 果物	御飯130g 白身魚のフライ ほうれん草の辛子和え ミネストローネ風スープ 漬物
間食	★紅茶ケーキ	★チョコバナナケーキ	★プリンアラモード	★抹茶アイス	★クリームコンフェ	★コーヒー羊羹	★ミルクゼリー
夕食	御飯130g 鶏肉のポトフ風 ゆずドレ和え みそじゃが	御飯130g 豚肉の梅風味焼き スパゲティーサラダ かぼちゃとピーマンのくず煮	御飯130g 和風ハンバーグ もやしのドレッシング和え 煮豆	御飯130g 魚の揚げ卸し煮 ほうれん草のわさび和え ごぼうと甘藷の金平	御飯130g 鶏肉のさっぱり煮 ピーナッツ和え ツナの炒り豆腐	御飯130g 魚のムニエル 白和え さつま芋の甘煮	御飯130g 鶏肉のポン酢炒め 伴三絲 ブロッコリーの炒め物
成分	エネルギー(kcal) 1422 たんぱく質 63.6 脂質 42.2	1405 61.0 46.4	1409 60.4 51.9	1398 53.6 48.4	1400 66.2 44.7	1406 61.8 40.6	1401 60.6 41.0



食材の入荷状況によりメニューを変更する場合がございますのでご了承ください。

R6.5.6

