




献立表

	月 5月11日	火 5月12日	水 5月13日	木 5月14日	金 5月15日	土 5月16日
昼	醤油ラーメン カニシューマイ かぶサラダ りんご缶 	ごはん すまし汁 筑前煮 茄子のポン酢和え バナナムース 厚焼き玉子	ごはん 味噌汁 鱈のクリームかけ きのこのソテー 黄桃缶 オクラのドレ和え	ごはん コンソメスープ 鶏肉とキャベツのガリパタ炒め アスパラサラダ パイン缶 ラタトゥユ	ごはん 味噌汁 鮭の豆乳煮  冬瓜の加加あんかけ マンゴー缶 香の物	チャーハン 中華スープ  麻婆茄子 フルーツカクテル 青梗菜の和え物
	エネルギー 478kcal 蛋白質 18.3g 脂質 9.2g 食塩 3.6g	エネルギー 598kcal 蛋白質 19.9g 脂質 19.0g 食塩 2.7g	エネルギー 543kcal 蛋白質 19.1g 脂質 14.7g 食塩 3.2g	エネルギー 503kcal 蛋白質 19.3g 脂質 12.3g 食塩 3.0g	エネルギー 457kcal 蛋白質 22.3g 脂質 4.6g 食塩 3.0g	エネルギー 570kcal 蛋白質 15.9g 脂質 15.4g 食塩 3.2g
3時	黒糖みるくせんべい	甘納豆、母の日和菓子	キaramelプリン	ドーナツ	桃饅頭	杏仁豆腐
	エネルギー 71kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.6g 食塩 0.2g	エネルギー 84kcal 蛋白質 1.8g 脂質 1.7g 食塩 0.0g	エネルギー 112kcal 蛋白質 2.5g 脂質 3.9g 食塩 0.1g	エネルギー 109kcal 蛋白質 1.6g 脂質 6.4g 食塩 0.1g	エネルギー 70kcal 蛋白質 1.5g 脂質 1.5g 食塩 0.0g	エネルギー 98kcal 蛋白質 1.8g 脂質 1.8g 食塩 0.1g
日計	エネルギー 549kcal 蛋白質 18.9g 脂質 11.8g 食塩 3.8g	エネルギー 682kcal 蛋白質 21.7g 脂質 20.7g 食塩 2.7g	エネルギー 655kcal 蛋白質 21.6g 脂質 18.6g 食塩 3.3g	エネルギー 612kcal 蛋白質 20.9g 脂質 18.7g 食塩 3.1g	エネルギー 527kcal 蛋白質 23.8g 脂質 6.1g 食塩 3.0g	エネルギー 668kcal 蛋白質 17.7g 脂質 17.2g 食塩 3.3g

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ カニシューマイ
- ・ ほうれん草煮浸し
- ・ かぶサラダ
- ・ りんご缶

献立変更する場合があります。ご了承ください