



5月の献立表

発注の都合により、献立内容が変更になる場合があります。麺の日は、塩分が高くなっていますが、汁を全て残せば塩分量は約半分以下になります。

1日(金)

★海老ドリア
野菜スープ
フレンチサラダ
キウイフルーツ

カロリー/たんぱく質/塩分

661/26.4/4.1

4日(月)

5日(火)

6日(水)

7日(木)

8日(金)



振替休日

担々麺
餃子
マンゴーダイスカット

麺の汁を全て飲んだ時の値です。

ごはん たっぷり葱生姜スープ
赤魚の唐揚げ 中華風塩あんかけ
チヂミ
オレンジ

768/32.4/5.7

585/25.8/3.2

11日(月)世界の料理・インド

12日(火)

13日(水)

14日(木)新緑御膳

15日(金)

★ナン
★チキンカレー
グリーンサラダ
ピーチヨーグルト



ごはん みそ汁
鯖の西京焼き
切干大根煮
バナナ

パン
コーンポタージュ
ツナとキャベツのオムレツ
キウイフルーツ

★ざるそば★天ぷら盛り合わせ
大根と蟹の和え物
水菓子(小豆入り抹茶羹)



天つゆとそばつゆを全て飲んだ時の値です。

ごはん スーミータン
麻婆茄子
ミックス野菜のナムル
パイナップル

590/36.1/2.7

588/28.0/3.1

621/27.0/4.0

616/26.6/5.9

587/20.0/3.2

18日(月)

19日(火)

20日(水)

21日(木)世界の料理・スペイン

22日(金)日本の郷土料理・宮崎県

ごはん みそ汁
カレーの味噌マヨ焼き
三色胡麻和え
バナナ

パン
かぶのスープ
煮込みハンバーグ
オレンジ

★春キャベツとしらすのスパゲティ
ごぼうと枝豆のサラダ
やわらかいちごプリン

★パエリア風
野菜スープ
人参サラダ
★クレープ



★チキン南蛮
胡麻味噌和え
キウイフルーツ



614/22.0/3.4

598/25.6/3.7

597/24.6/3.0

558/16.7/3.3

637/27.6/3.9

25日(月)

26日(火)

27日(水)世界の料理・イギリス

28日(木)

29日(金)

ゆかりごはん みそ汁
鯖の利休焼き
ぜんまいの煮付け
カステラ

ごはん 清汁
肉豆腐
揚げ茄子おろしかけ
キウイフルーツ

パン 卵とキャベツのスープ
★フィッシュアンドチップス
オレンジ



★中華丼
わかめスープ
えのきとカニの胡麻マヨ和え
パイナップル

★肉うどん
ほうれん草の柚子和え
★フルーツあんみつ

麺の汁を全て飲んだ時の値です。

624/26.3/3.8

626/34.9/3.8

760/35.4/3.7

621/30.7/3.5

617/33.9/10.7

★←この星印は、利用者の方のリクエストメニューの事です。