



## 週間献立予定表



	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	5月24日(金)	5月25日(土)
風食	ごはん	ごはん	ごはん	新生姜と焼き油揚げの炊き込みごはん	ごはん	ごはん
	豚肉の焼き肉風炒め	かじきのパン粉焼き	鶏肉の豆鼓炒め	旬鰯の南蛮漬け	さばの金山寺味噌漬け焼き	茄子と小松菜と豚肉の炒め物
	海草サラダ	コールスローサラダ	三色野菜の生姜和え	新じゃがいもと豚肉の煮物	根三つ葉の煮びたし	五目きんぴら
	かつお茸	桜大根	味付けザーサイ	レディーサラダ大根の浅漬け	うぐいす豆	胡瓜の浅漬け
	みそ汁 (里芋、いんげん)	コンソメスープ	肉団子のスープ	みそ汁 (豆腐、なめこ)	みそ汁 (もやし、えのき)	みそ汁 (いんげん、油揚げ)
	エネルギー 494 たんぱく質 21.4	エネルギー 458 たんぱく質 18.9	エネルギー 463 たんぱく質 19.2	エネルギー 509 たんぱく質 24.0	エネルギー 504 たんぱく質 24.2	エネルギー 443 たんぱく質 17.6
	脂質 14.3 食塩 3.1	脂質 12.8 食塩 2.8	脂質 17.7 食塩 2.7	脂質 14.7 食塩 3.1	脂質 16.9 食塩 2.8	脂質 14.8 食塩 2.8
おやつ	きなマンジエ	栗カステラまんじゅう	レモンケーキ	バナナオムレット	いちごブッセ	手作りもなか
	エネルギー 95 たんぱく質 1.0	エネルギー 99 たんぱく質 1.9	エネルギー 120 たんぱく質 1.4	エネルギー 84 たんぱく質 1.3	エネルギー 58 たんぱく質 0.8	エネルギー 69 たんぱく質 3.4
	脂質 6.0 食塩 0.1	脂質 1.9 食塩 0.0	脂質 7.6 食塩 0.1	脂質 3.1 食塩 0.0	脂質 2.2 食塩 0.0	脂質 0.2 食塩 0.2

材料の仕入れ状況により、献立が変わる事がございます。予めご了承ください。

