

# 予定献立一覧表

令和8年5月2日 ~ 令和8年5月8日

【 常食1800 】

	5月2日(土)		5月3日(日)		5月4日(月)		5月5日(火)		5月6日(水)		5月7日(木)		5月8日(金)	
朝	御飯(180g) 味噌汁(オクラ・長葱) スクランブルエッグ 白菜おかか和え 五目煮豆 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(白菜・かぶ) 魚のかつお煮(イワシ) 玉葱のソテー のりの佃煮 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(ナス・玉葱) 納豆 付ねぎ 野菜炒め 鯛味噌 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(ホウレン草・庄内麩) 魚フレーク なすのお浸し ふりかけ 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(玉葱・ミツハ) 温泉卵 キャベツの炒め 梅びしお 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(カブ・万能葱) 豆腐シューマイ お浸し 味付けのり 牛乳200		御飯(180g) 味噌汁(玉葱・麩) たまご焼き わかめと大根和え物 ふりかけ 牛乳200	
昼	御飯(180g) 魚のカレーチース焼(ホキ) レタスのゆず和え フルーツ・ハインアッフル		御飯(180g) 鶏肉の粒マスタードソース ほうれん草サラダ フルーツ・バナナ		御飯(180g) 魚の葱味噌焼き(アジ) カリフラワーサラダ ストロベリーゼリー		【こどもの日】 たけのこ御飯(180g) 松風焼 大根・胡瓜の和え物 抹茶ワッフル		御飯(180g) 魚のピカタ(タラ) モヤシとキュウリのゴマ酢和え ぶどうゼリー		御飯(180g) ブラウンシュュー くるみ和え フルーツ・ハインアッフル		御飯(180g) 豚肉の味噌炒め 白菜のお浸し ブルーベリーゼリー	
夕	御飯(180g) 味噌汁(サツマ芋・玉葱) 豚肉と牛蒡のしぐれ煮 切干大根の炒め物 カリフラワーのフレンチサラダ		御飯(180g) 味噌汁(青菜・長葱) 魚の塩焼(サハ) すき昆布の煮物 アスパラ胡麻和え		御飯(180g) すまし汁(豆腐・ミツハ) 鶏肉の塩タレ焼き ピーマンソテー モスクとオクラの酢の物		御飯(180g) 味噌汁(インゲン・長葱) 魚のミン漬焼(フリ) がんと冬瓜の炒め煮 南瓜のサラダ		御飯(180g) 味噌汁(小松菜) 鶏肉のくわ焼 パンネのソテー 人参のフレンチサラダ		御飯(180g) 味噌汁(白菜・インゲン) 魚のチース焼(メル) 大根の炒め煮 ブロッコリーのサラダ		御飯(180g) すまし汁(ハンペン・長ねぎ) 魚の塩麴焼(サハ) きんぴらごぼう ホントサラダ	
1 日 合 計	kcal 1825.58 水分 1187.04 蛋白質 71.31 脂質 51.95 食塩相当 6.99	kcal g g g g	kcal 1737.03 水分 1044.38 蛋白質 74.92 脂質 52.47 食塩相当 7.21	kcal g g g g	kcal 1740.3 水分 1036.31 蛋白質 70.45 脂質 45.42 食塩相当 6.52	kcal g g g g	kcal 1819.73 水分 1136.9 蛋白質 72.86 脂質 53.85 食塩相当 7.09	kcal g g g g	kcal 1759.88 水分 1076.2 蛋白質 70.46 脂質 47.46 食塩相当 6.94	kcal g g g g	kcal 1763.41 水分 1205.27 蛋白質 68.53 脂質 49.05 食塩相当 6.88	kcal g g g g	kcal 1806 水分 1094.55 蛋白質 67.96 脂質 57.49 食塩相当 6.91	kcal g g g g

備考

都合により、献立内容や食材の一部に変更が生じる場合がございます。  
 特別メニューはA食とB食から選ぶことができ、B食は別途100円頂きます。  
 なお、食種によっては選択できない場合がございます。  
 安全のため、グレープフルーツはお出していません。予めご了承ください。