

献立表

5月3日 月	牛肉メンチ 金平牛蒡 大根五目煮 熱量320kcal 蛋白質10.3g 塩分相当量2.4g
5月4日 火	豆腐ハンバーグ きのこあんかけ カレーコロッケ 切干大根トマト煮 熱量311kcal 蛋白質11.1g 塩分相当量2.2g
5月5日 水	若鶏 韓国風 糸切昆布煮 ポテトサラダ 熱量319kcal 蛋白質17.7g 塩分相当量2.4g
5月6日 木	チキンカツ 粒マスタードソース 落そぼろ煮 イタリアンマカロニ 熱量324kcal 蛋白質13.9g 塩分相当量2.1g
5月7日 金	タラ天婦羅 山菜煮付 マカロニサラダ 熱量282kcal 蛋白質12.5g 塩分相当量1.6g
5月8日 土	回鍋肉 肉団子 ブロッコリー中華炒め 熱量286kcal 蛋白質10.8g 塩分相当量2.3g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

献立表

5月10日 月	ハンバーグ デミグラスソース 竹の子煮付 オクラサラダ 熱量314kcal 蛋白質11.6g 塩分相当量2.0g
5月11日 火	鱈 ふんわり揚げ 金平牛蒡 菜の花わさび和え 熱量284kcal 蛋白質13.5g 塩分相当量2.0g
5月12日 水	麻婆茄子 ミートコロッケ いんげんフレーク煮 熱量323kcal 蛋白質13.5g 塩分相当量2.2g
5月13日 木	豚カツ ゴロゴロカレーソース 枝豆マリネ 明太子スパゲティ 熱量293kcal 蛋白質12.1g 塩分相当量1.7g
5月14日 金	鯖 塩焼き 蓮根味噌煮 ブロッコリーサラダ 熱量289kcal 蛋白質16.7g 塩分相当量2.3g
5月15日 土	焼きうどん 糸切昆布煮 カリフラワーマリネ 熱量291kcal 蛋白質8.8g 塩分相当量2.0g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

献立表

5月17日 月	天婦羅盛り合わせ 牛蒡サラダ ゴーヤチャンプルー 熱量303kcal 蛋白質7.2g 塩分相当量2.4g
5月18日 火	鶏肉片揚げ トマトソース 麻婆春雨 山菜信田煮 熱量332kcal 蛋白質19.2g 塩分相当量1.8g
5月19日 水	イカフリッター 菜の花中華和え スパゲティミートソース 熱量285kcal 蛋白質10.6g 塩分相当量1.7g
5月20日 木	和風ハンバーグ 牛蒡炒り煮 茄子生姜醤油 熱量327kcal 蛋白質11.4g 塩分相当量2.1g
5月21日 金	ハムカツ 大根五目煮 カニクリームコロッケ 熱量325kcal 蛋白質11.8g 塩分相当量1.8g
5月22日 土	鯖照り焼き マカロニサラダ イカキャベツカツ 熱量308kcal 蛋白質16.3g 塩分相当量2.2g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

献立表

5月24日 月	梅チキンカツ 露炒め煮 中華もやし 熱量286kcal 蛋白質11.7g 塩分相当量2.4g
5月25日 火	鯖田楽 牛肉コロッケ いんげんピーナッツ和え 熱量290kcal 蛋白質15.2g 塩分相当量2.4g
5月26日 水	ピーマンの肉詰め メンマ煮付 ポテトサラダ 熱量300kcal 蛋白質9.1g 塩分相当量1.6g
5月27日 木	海老カツ ひじき煮付 糸切昆布煮 熱量282kcal 蛋白質10.0g 塩分相当量2.3g
5月28日 金	鱈ムニエル タルタルソース 春雨チャプチェ 水菜柚子ポン酢和え 熱量285kcal 蛋白質15.0g 塩分相当量1.6g
5月29日 土	鶏唐揚げ 冬瓜煮付 わらび炒め煮 熱量313kcal 蛋白質16.5g 塩分相当量1.5g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ

献立表

5月31日 月	味噌豚カツ 切干大根煮付 菜の花辛子和え 熱量311kcal 蛋白質14.4g 塩分相当量2.1g
6月1日 火	ハンバーグ 和風ソース 磯辺フライ 和風スパゲティ 熱量322kcal 蛋白質14.7g 塩分相当量2.4g
6月2日 水	鯖 竜田揚げ 牛蒡炒り煮 小松菜ゆかり和え 熱量318kcal 蛋白質15.9g 塩分相当量1.7g
6月3日 木	鶏肉唐揚げ 切干サラダ 糸切昆布炒め煮 熱量318kcal 蛋白質16.6g 塩分相当量2.4g
6月4日 金	シーフードフライ 春雨中華和え チンゲン菜お浸し 熱量285kcal 蛋白質8.8g 塩分相当量2.0g
6月5日 土	フーヨーハイ 中華あんかけ 水菜サラダ お煮しめ三品 熱量326kcal 蛋白質13.0g 塩分相当量2.4g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社 マルイチ