

献立表

5月2日 月	鯖の幽庵焼き 梅しそスパゲッティ ブロッコリー中華和え 熱量271kcal 蛋白質16.5g 塩分相当量2.4g
5月3日 火	鶏の天ぷら カレーコロッケ 切干大根トマト煮 熱量293kcal 蛋白質10.4g 塩分相当量2.2g
5月4日 水	牛肉メンチカツ 焼売 チキンナゲット 熱量341kcal 蛋白質13.1g 塩分相当量2.4g
5月5日 木	豆腐ハンバーグ～きのこあん～ 三角春巻き 路のおかか煮 熱量273kcal 蛋白質8.7g 塩分相当量1.9g
5月6日 金	チキンカツ～マスタードソース～ 山菜煮つけ カリフラワーカレー風味 熱量262kcal 蛋白質10.8g 塩分相当量2.1g
5月7日 土	回鍋肉 チヂミ ほうれん草辛子和え 熱量263kcal 蛋白質11.3g 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がございます

株式会社 マルイチ

献立表

5月9日 月	ハンバーグ～デミソース～ オクラ胡麻和え プレーンオムレツ 熱量324kcal 蛋白質14.2g 塩分相当量2.3g
5月10日 火	マグロカツ&チキングリル 金平牛蒡 菜の花わさび和え 熱量281kcal 蛋白質14.6g 塩分相当量1.1g
5月11日 水	麻婆茄子 ビビンバ ミートコロッケ 熱量281kcal 蛋白質14.6g 塩分相当量1.1g
5月12日 木	豚カツ～カレーソース～ なます 明太子スパゲッティ 熱量281kcal 蛋白質14.6g 塩分相当量1.1g
5月13日 金	鯖の塩焼き 蓮根の味噌煮 玉子サラダフライ 熱量277kcal 蛋白質17.4g 塩分相当量2.2g
5月14日 土	焼きうどん イカバーグ カリフラワーマリネ 熱量270kcal 蛋白質11.4g 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がございます

株式会社 マルイチ

献立表

5月16日 月	チキンステーキ&きつま芋天 糸切昆布煮 青梗菜ピリ辛炒め 熱量266kcal 蛋白質9.5g 塩分相当量2.4g
5月17日 火	鶏の片揚げ〜トマトソース〜 麻婆春雨 キャベツコンソメ煮 熱量274kcal 蛋白質12.4g 塩分相当量1.4g
5月18日 水	イカ天&ちくわ天 メンチカツ スパゲッティ (デミソース) 熱量328kcal 蛋白質13.8g 塩分相当量2.1g
5月19日 木	ハムカツ&カニコロッケ 切干サラダ 牛蒡の炒り煮 熱量329kcal 蛋白質9.9g 塩分相当量1.2g
5月20日 金	鯖の照り漬け焼き 中華もやし カリフラワーおかか和え 熱量257kcal 蛋白質8.1g 塩分相当量1.4g
5月21日 土	オイスターソース炒め 焼売 イカキャベツカツ 熱量292kcal 蛋白質12.9g 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23日 月	牛肉コロッケ 露の炒め煮 ポテトサラダ 熱量354kcal 蛋白質7.3g 塩分相当量1.8g
5月24日 火	鯖の塩焼き 切干大根煮つけ いんげんのピーナッツ和え 熱量289kcal 蛋白質16.5g 塩分相当量2.4g
5月25日 水	ピーマン肉詰めフライ&かぼちゃ天 マカロニサラダ きつま揚げとがんもの煮物 熱量319kcal 蛋白質10.0g 塩分相当量1.6g
5月26日 木	豚の生姜焼き 青梗菜の中華和え キャベツ入りメンチカツ 熱量306kcal 蛋白質13.1g 塩分相当量1.6g
5月27日 金	鶏の唐揚げ〜甘酢あん〜 白菜の梅和え 春雨のチャプチェ 熱量304kcal 蛋白質11.8g 塩分相当量1.0g
5月28日 土	鯖の西京漬け焼き 餃子フライ わらびの炒め煮 熱量275kcal 蛋白質14.6g 塩分相当量1.3g

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

株式会社 マルイチ

献立表

5月30日 月	ハンバーグ～和風ソース～ チキンナゲット ほくほくコロッケ 熱量331kcal 蛋白質12.1g 塩分相当量2.2g
5月31日 火	豚カツ～味噌だれかけ～ 菜の花辛子和え 和風スパゲッティ 熱量296kcal 蛋白質12.7g 塩分相当量1.8g
6月1日 水	鯖の竜田揚げ かぼちゃ揚げ煮 ゴーヤの塩昆布和え 熱量302kcal 蛋白質14.0g 塩分相当量2.3g
6月2日 木	塩焼きそば かに玉 がんもの煮つけ 熱量268kcal 蛋白質8.8g 塩分相当量1.9g
6月3日 金	チキンカツ～タルタルソース～ 蓮根の炒め煮 チンゲン菜のお浸し 熱量263kcal 蛋白質10.9g 塩分相当量1.2g
6月4日 土	鶏の唐揚げ&ミニ春巻き メンチカツ 水菜とわかめのマヨネーズ和え 熱量335kcal 蛋白質13.0g 塩分相当量1.3g

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

株式会社 マルイチ