

平成25年度 5月の献立

月	火	水	木	金
		1	2	3
		<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ハヤシライス フレンチサラダ 柏餅 	離任式	憲法記念日
6	7	8	9	10
	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 すいとん タラのチーズ焼き じゃが芋のそぼろ煮 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 清まし汁 厚揚げと豚肉の味噌炒め 中華サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 鶏肉の香味焼き こんにゃくサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 カレーうどん おかか和え ソフール(いちご)
13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 ポークソテー 野菜炒め 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 カジキの照り焼き 切り干し大根の炒め煮 蒸しカステラ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 フライの盛り合わせ 春雨サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 オニオンスープ 和風ハンバーグ みそサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 五目深川めし みそ汁 肉豆腐 もやしのごま酢和え
20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 サバの塩焼き 竹の子の土佐煮 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 鶏の唐揚げ 枝豆サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 高菜チャーハン 中華スープ 肉まん 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 豚キムチ丼 みそ汁 キャベツと鮭のごま風味 ミニワッフル 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 鶏ごぼうピラフ コンソメスープ コーヒーゼリー
27	28	29	30	31
<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 鶏肉のケチャップ焼き ポテトサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 みそ汁 松風焼き ほうれん草のソテー 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 ワカメスープ チャップチェ 三色ナムル 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 ご飯 清まし汁 白身魚の味噌マヨネーズ焼き 大根サラダ 田舎パイ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛乳 かき玉うどん 浅漬け シュークリーム

食材等の都合により献立を変更することがあるので予めご了承下さい。

今日の平均エネルギー数値:

エネルギー784kcal 蛋白質32.1g 脂質26.9g 炭水化物103.9g 塩分3.0g