

# 平成26年度 5月の献立

月	火	水	木 1	金 2
			<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ハヤシライス</li> <li>フレンチサラダ</li> <li>柏餅</li> </ul>	離任式
5	6	7	8	9
		<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>五目深川めし</li> <li>みそ汁</li> <li>肉豆腐</li> <li>もやしサラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>鶏ごぼうピラフ</li> <li>コンソメスープ</li> <li>ピーチゼリー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>おろしハンバーグ</li> <li>キャベツのツナ和え</li> </ul>
12	13	14	15	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>サバの塩焼き</li> <li>じゃがいもの金平煮</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>鶏肉の香味焼き</li> <li>枝豆サラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>フライの盛り合わせ</li> <li>大根とコーンのサラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>清まし汁</li> <li>厚揚げと豚肉の炒め物</li> <li>竹の子の土佐煮</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>肉うどん</li> <li>即席漬け</li> <li>カステラ</li> </ul>
19	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>チャプチェ</li> <li>もやしのナムル</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>アカウオの煮付け</li> <li>おかか和え</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>清まし汁</li> <li>豚肉のごま味噌焼き</li> <li>ポテトサラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>鶏の唐揚げ レモン風味</li> <li>バンサンスーサラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>エビピラフ</li> <li>ミネストローネ</li> <li>一口ケーキ (チョコ)</li> </ul>
26	27	28	29	30
<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>スタミナ丼</li> <li>みそ汁</li> <li>ごま和え</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>カレーうどん</li> <li>ワカメサラダ</li> <li>いちごヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>タラのバター醤油焼き</li> <li>切干大根の炒め煮</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>松風焼き</li> <li>こんにゃくサラダ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>牛乳</li> <li>ご飯</li> <li>みそ汁</li> <li>チキンソテー</li> <li>キャベツのソテー</li> </ul>

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。

今月の平均エネルギー数値:

エネルギー782kcal 蛋白質31.5g 脂質25.3g 炭水化物107.5g 塩分3.1g