

令和3年 5月 献立予定表

すくすく



3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)母の日メニュー	1(土) 8(土)	2(日) 9(日)
憲法記念日	みどりの日	こどもの日	味噌コーンラーメン グリーンサラダ そぼろ大根 267kcal ミニパンケーキ	キーマカレー さつま芋コロッケ 切り干し大根サラダ デザート スープ 432kcal お菓子		
10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
パン ロールキャベツと野菜のシチュー コールスローサラダ ヨーグルト和え スープ 303kcal お菓子(ベジたべる)	鶏ささみ塩ラーメン 野菜ナムル さつま芋の煮物 316kcal ジャムサンド	ご飯 魚の胡麻風味煮物 マカロニサラダ みそ汁 350kcal オレンジゼリー	ご飯 鶏肉のすき煮風 青菜のごま和え みそ汁 337kcal フルーツ缶	食パン 白身魚フライのタルタルソース 野菜サラダ スープ 328kcal パウンドケーキ		
17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
ご飯 回鍋肉(ホイコーロー) パンサンスー しゅうまい スープ 364kcal 蒸しパン	ご飯 魚の唐揚げ 青菜と油揚げの煮浸し みそ汁 307kcal かぶき揚げ	ご飯 肉じゃが ほうれん草とツナの旨味サラダ みそ汁 348kcal フルーチェ	照り焼きツナサンド ビーンズサラダ ゼリー スープ 381kcal お菓子	ひき肉うどん もやしとかにかまの中華サラダ いんげんの胡麻和え 336kcal フライドポテト		
24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	30(日)
豚丼 キャベツのおかまヨ和え 大根と人参のきんぴら みそ汁 355kcal ヨーグルト	パン チリコンカン ブロッコリーサラダ 揚げ物 スープ 429kcal 野菜のおにぎりボール	スパゲッティミートソース 水菜とコーンのサラダ フルーツ缶 スープ 348kcal お菓子(ベジたべる)	ご飯 ささみチーズフライ(しそ入り) 海藻サラダ みそ汁 308kcal カステラと牛乳	ご飯 白身魚のねぎ味噌焼き 大根サラダ ふりかけ みそ汁 277kcal プリン		
31(月)						
ご飯 魚の照り焼き 水菜とかぼちゃのサラダ みそ汁 314kcal サラダせんべい						

※ 材料の都合により献立の変更もあります。

※ アレルギー(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・カニなど)で禁止品目がございましたら、申し出てください。

