

✖ ニ ュ ー 表

		5月 1日(水曜日)	5月 2日(木曜日)	5月 3日(金曜日)	5月 4日(土曜日)
		ご飯 <small>サワラの天ぷら玉葱のあんかけ添え</small> 高野の煮物 キャベツのサラダ 味噌汁 607kcal	ご飯 和風ハンバーグ 冬瓜の煮物 インゲンの磯和え 味噌汁 442kcal	ご飯 麻婆豆腐 卵とじ チンゲン菜の和え物 スープ 439kcal	散らし寿司 パプリカの金平風 菜の花の和え物 赤だし 甘酢生姜  375kcal
		きなこパンケーキ 55kcal	どら焼き(抹茶) 118kcal	ドームケーキ(カスタード) 116kcal	酒饅頭 77kcal
5月 6日(月曜日)	5月 7日(火曜日)	5月 8日(水曜日)	5月 9日(木曜日)	5月10日(金曜日)	5月11日(土曜日)
カレーライス 玉子ロール カリフラワーサラダ 漬物  546kcal	ご飯 赤魚の和風ムニエル ごぼうの煮物 ほうれん草のサラダ 味噌汁 396kcal	ご飯 挽肉包み揚げ ビーフンのソテー 味噌汁 フルーツ  547kcal	ご飯 プリの照り焼き 冬瓜の煮物 菜の花の和え物 味噌汁 471kcal	若布ご飯 新潟のイタリアン(新潟県) 白身フライ 大根サラダ スープ  548kcal	ご飯 肉団子の和風煮 インゲンの炒め物 白菜のお浸し 味噌汁 528kcal
抹茶ようかん 108kcal	バナナケーキ 83kcal	どら焼き(カスタード) 110kcal	イチゴムース 65kcal	もみじ饅頭 104kcal	チョコバームクーヘン 105kcal

メニュー表

5月13日(月曜日)	5月14日(火曜日)	5月15日(水曜日)	5月16日(木曜日)	5月17日(金曜日)	5月18日(土曜日)
ご飯 豚肉と厚揚げの山椒炒め 南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 561kcal	ご飯 鶏モモ肉と筍の中華クリーム煮 ピーマンの炒め物 春雨の酢の物 味噌汁  573kcal	ご飯 サバの味噌煮 にんにくの芽炒め 白菜のおかか和え 吸物 452kcal	三色丼 高野の煮物 インゲンの和え物 味噌汁 441kcal	ご飯 鶏の唐揚げ 冬瓜のくず煮 赤だし フルーツ 634kcal	カレーライス オムレツ 和風スパサラダ 漬物  577kcal
紅茶ムース 66kcal	カスタードワッフル 90kcal	ぶどうゼリー 45kcal	ようかん(小豆) 107kcal	マンゴープリン 37kcal	抹茶饅頭 100kcal
5月20日(月曜日)	5月21日(火曜日)	5月22日(水曜日)	5月23日(木曜日)	5月24日(金曜日)	5月25日(土曜日)
散らし寿司 茄子の煮物 れんこんの土佐和え 吸物 甘酢生姜 398kcal	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め スナップエンドウの炒め煮 チンゲン菜のからし和え 赤だし 558kcal	菜飯 にゅうめん インゲンの煮浸し ほうれん草の和え物  399kcal	ご飯 チキンソテー/クリームソース 春菊の煮浸し 大根の胡麻和え 味噌汁 439kcal	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ 馬鈴薯のピリ辛炒め キャベツの梅肉和え 味噌汁 456kcal	ご飯 白身魚の幽庵焼き 南瓜の煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁 439kcal
ミニたい焼き 82kcal	コンフェ 81kcal	薄皮饅頭 86kcal	プチクレープ 58kcal	抹茶ワッフル 80kcal	オレンジゼリー 48kcal
5月27日(月曜日)	5月28日(火曜日)	5月29日(水曜日)	5月30日(木曜日)	5月31日(金曜日)	
ご飯 白身フライ 冬瓜の煮物 味噌汁 フルーツ  471kcal	ゆかりご飯 おぼろうどん 大根の炒め煮 ほうれん草の胡麻和え 354kcal	ご飯 鶏のマヨネーズ焼き がんもの煮物 チンゲン菜の和え物 吸物 468kcal	ご飯 インド煮(栃木県) インゲンのおかか炒め マカロニサラダ 味噌汁  601kcal	ご飯 鶏肉の味噌煮 ごぼうの金平風 もやしの和え物 吸物 407kcal	
豆乳饅頭 96kcal	パニラムース 66kcal	ととやき(いちご) 60kcal	プリン 73kcal	パームクーヘン 103kcal	