



メニュー表



5月1日 (日)	5月2日 (月)	5月3日 (火)	5月4日 (水)	5月5日 (木)	5月6日 (金)	5月7日 (土)
紅えびの混ぜご飯 天麩羅 ひじきの炒め煮 フルーツ 赤だし 554 kcal	ご飯 豚のオイスター炒め 春巻き 大根サラダ スープ 737 kcal	赤飯 タラの野菜あん がんもの煮物 小松菜の胡麻和え 味噌汁 469 kcal	ハヤシライス カリフラワーソテー 玉子ロール 漬物 659 kcal	散らし寿司 炊き合わせ ほうれん草の和え物 吸物 甘酢生姜 467 kcal	ご飯 鶏の照り煮 馬鈴薯の煮物 菜の花のお浸し 味噌汁 552 kcal	ご飯 コロッケ/比 754 冬瓜の煮物 玉子豆腐 吸物 560 kcal
メープルカットケーキ 68 kcal	ごまプリン 73 kcal	えびぽんせんべい 19 kcal	ロールケーキ 152 kcal	ミニたい焼き 93 kcal	イチゴムース 65 kcal	フルーツ杏仁 45 kcal
5月8日 (日)	5月9日 (月)	5月10日 (火)	5月11日 (水)	5月12日 (木)	5月13日 (金)	5月14日 (土)
とん天丼 大根のくず煮 味噌汁 フルーツ 660 kcal	ご飯 ホキのムニエル 里芋の煮物 小松菜のわさび和え かき玉汁 509 kcal	ご飯 チキンソテー 茄子の煮物 菜の花の和え物 味噌汁 552 kcal	豆ご飯 ちゃんらー (福岡県) インゲンの土佐和え 野菜かき揚げ 560 kcal	ご飯 焼き鯖の南蛮漬け さつまいもの旨煮 白菜の和え物 味噌汁 647 kcal	ご飯 肉じゃが キャベツの煮浸し 春雨の酢の物 吸物 553 kcal	ご飯 煮込豆腐ハンバーグ もやしの胡麻和え 大根のコンソメ煮 味噌汁 482 kcal
カスタードワッフル 89 kcal	シットリどら焼き (抹茶) 118 kcal	スイートポテト 78 kcal	マフィン 109 kcal	バームクーヘン 98 kcal	シュークリーム 77 kcal	バナナ蒸しケーキ 82 kcal

メニュー表

5月15日 (日)	5月16日 (月)	5月17日 (火)	5月18日 (水)	5月19日 (木)	5月20日 (金)	5月21日 (土)
ご飯 タラの煮付け かぶの煮物 ホーレン草のおかかポンス 味噌汁 <div style="text-align: right;">433 kcal</div>	豚 丼 南瓜の煮物 インゲンのお浸し 味噌汁 <div style="text-align: right;">624 kcal</div>	チキンカレー 白身フライ 野菜サラダ 漬物 <div style="text-align: right;">752 kcal</div>	ご飯 ハ宝菜 えびシューマイ 春雨の中華和え スープ <div style="text-align: right;">608 kcal</div>	ご飯 鶏の山椒煮 茄子のゴマ味噌煮 インゲンサイの辛子和え 吸物 <div style="text-align: right;">520 kcal</div>	ご飯 アジの天ぷら かつお-の和え物 味噌汁 フルーツ <div style="text-align: right;">502 kcal</div>	ゆかりご飯 厚揚げと筍のそぼろ煮 春巻き 菜の花の菜種和え 味噌汁 <div style="text-align: right;">777 kcal</div>
コンフェ <div style="text-align: right;">82 kcal</div>	人形焼き <div style="text-align: right;">104 kcal</div>	焼きプリンタルト <div style="text-align: right;">122 kcal</div>	アイス(バニラ) <div style="text-align: right;">88 kcal</div>	コーヒーゼリー <div style="text-align: right;">106 kcal</div>	黒糖饅頭 <div style="text-align: right;">104 kcal</div>	ようかん <div style="text-align: right;">107 kcal</div>
5月22日 (日)	5月23日 (月)	5月24日 (火)	5月25日 (水)	5月26日 (木)	5月27日 (金)	5月28日 (土)
ご飯 インゲン肉巻き 卵とし インゲン菜の胡麻和え 赤だし <div style="text-align: right;">510 kcal</div>	紫蘇の実ちらし寿司 高野の煮物 ほうれん草のお浸し 吸物 甘酢生姜 <div style="text-align: right;">451 kcal</div>	ご飯 豚肉の味噌炒め キャベツの磯和え さつま芋の揚げ煮 吸物 <div style="text-align: right;">700 kcal</div>	ご飯 サバの生姜煮 大根の酢の物 玉子豆腐 吸物 <div style="text-align: right;">568 kcal</div>	三色丼 馬鈴薯の旨煮 青菜のお浸し 吸物 <div style="text-align: right;">518 kcal</div>	若布ご飯 ぶっかけそば 千草焼き 小松菜の和え物 <div style="text-align: right;">378 kcal</div>	ご飯 ホキの利休焼き 切干大根の煮物 フロッコリーのゆか 吸物 <div style="text-align: right;">462 kcal</div>
豆乳饅頭 <div style="text-align: right;">96 kcal</div>	抹茶ワッフル <div style="text-align: right;">80 kcal</div>	バナナケーキ <div style="text-align: right;">150 kcal</div>	きんつば <div style="text-align: right;">124 kcal</div>	ロールケーキ <div style="text-align: right;">110 kcal</div>	フリン <div style="text-align: right;">81 kcal</div>	シットリどら焼(あん) <div style="text-align: right;">114 kcal</div>
5月29日 (日)	5月30日 (月)	5月31日 (火)				
ご飯 すき煮風 インゲンの辛子和え 南瓜の甘煮 味噌汁 <div style="text-align: right;">579 kcal</div>	ご飯 かつとし キャベツのおかか和え 味噌汁 フルーツ <div style="text-align: right;">634 kcal</div>	なめし おぼろうどん 茄子の煮浸し 二色和え <div style="text-align: right;">367 kcal</div>				
芋ようかん <div style="text-align: right;">65 kcal</div>	ミニおはぎ <div style="text-align: right;">95 kcal</div>	和のパンケーキ(抹茶) <div style="text-align: right;">56 kcal</div>				