







メニュー表



5月2日(月曜日)	5月3日(火曜日)	5月4日(水曜日)	5月5日(木曜日)	5月6日(金曜日)	5月7日(土曜日)
ご飯 豚肉の生姜炒め 里芋の煮物 菜の花の味噌和え 吸物 569kcal	カレーライス 玉子ロール 大根サラダ 漬物  544kcal	ご飯 ホキの幽庵焼き 冬瓜の煮物 小松菜の和え物 赤だし 383kcal	散らし寿司 馬鈴薯の煮物 インゲンのわさび和え 吸物 甘酢生姜  405kcal	ご飯 煮込みハンバーグ パプリカの金平風 白菜のサラダ スープ 466kcal	釜めし風井 白身フライ ほうれん草のお浸し 吸物  524kcal
もものタルト 109kcal	薄皮饅頭 86kcal	パナラムース 66kcal	ミニたい焼き 93kcal	コーヒー蒸しケーキ 82kcal	抹茶ようかん 108kcal
5月9日(月曜日)	5月10日(火曜日)	5月11日(水曜日)	5月12日(木曜日)	5月13日(金曜日)	5月14日(土曜日)
菜飯 にゅうめん 野菜焼き カリフラワーのゆかり和え  427kcal	ご飯 麻婆豆腐 シューマイ インゲンのお浸し スープ 510kcal	ご飯 チキンソテー/クリームソース 卵とじ ひじきのサラダ 味噌汁 550kcal	ご飯 タラの塩こうじ焼き 冬瓜の煮物 白菜の土佐和え 味噌汁 364kcal	ビビンバ(韓国) スパゲッティソテー スープ フルーツ  490kcal	ご飯 豚肉と厚揚げの山椒炒め 馬鈴薯の煮物 ほうれん草の和え物 吸物 547kcal
オレンジゼリー 49kcal	どら焼き(カスタード) 110kcal	パナナケーキ 83kcal	抹茶パンケーキ 56kcal	あずきよせ 124kcal	紅茶ムース 66kcal



メニュー表



5月16日(月曜日)	5月17日(火曜日)	5月18日(水曜日)	5月19日(木曜日)	5月20日(金曜日)	5月21日(土曜日)
ご飯 アジの照り焼き グリンピースの卵とじ 小松菜のお浸し 味噌汁 435kcal	ご飯 メンチカツ 南瓜の煮物 味噌汁 フルーツ  594kcal	ハヤシライス オムレツ 和風スパサラダ 漬物 640kcal	ご飯 肉じゃが 高野の煮物 春雨の酢の物 味噌汁 542kcal	ご飯 タラの生姜煮 キャベツのソテー ほうれん草のお浸し 味噌汁  374kcal	ご飯 からし焼き(東京都) 切干大根の煮物 ワカメとえのきの梅和え 吸物 576kcal
ととやき(いちご) 60kcal	マンゴープリン 43kcal	ようかん(小豆) 107kcal	メロンムース 69kcal	コンフェ 82kcal	もみじ饅頭 104kcal
5月23日(月曜日)	5月24日(火曜日)	5月25日(水曜日)	5月26日(木曜日)	5月27日(金曜日)	5月28日(土曜日)
ご飯 鶏肉の揚げ煮 ピーマンの金平 ブロッコリーのゆかり和え 赤だし 549kcal	ご飯 インゲン肉巻き きのこの炒め物 味噌汁 フルーツ 416kcal	ご飯 和風ハンバーグ 菜の花の炒め煮 白菜の和え物 味噌汁 455kcal	わかめご飯 おぼろうどん 玉子ロール チンゲン菜のからし和え  341kcal	ご飯 肉団子の酢豚風 がんもの煮物 大根の柚香和え 吸物 533kcal	ご飯 サバの味噌煮 かぶの煮物 小松菜のお浸し 吸物 455kcal
酒饅頭 77kcal	パナナ蒸しケーキ 82kcal	プリン 79kcal	ブチクレープ 58kcal	豆乳饅頭 96kcal	きなこパンケーキ 55kcal
5月30日(月曜日)	5月31日(火曜日)				
三色丼 五目煮 菜の花のピーナツ和え 味噌汁  501kcal	ご飯 カレイの煮付け 青菜の煮びたし 春雨の酢の物 味噌汁 428kcal				
カスタードワッフル 89kcal	イチゴムース 65kcal				