

# 5月 メニュー 表

月	火	水	木	金
<b>1日</b> 牛肉の野菜炒め 味噌じゃがバター キャベツはりはり漬け 黄桃缶 ごはん 354kcal 蛋白質8.8g 脂質12.5g 塩分1.3g アレルギー物質 小麦・乳	<b>2日</b> サワラの磯辺焼き 春巻き いんげん塩昆布和え キャンディチーズ ごはん 352kcal 蛋白質12.0g 脂質13.8g 塩分1.0g アレルギー物質 小麦・乳・エビ	<b>3日</b> 	<b>4日</b> 	<b>5日</b> 
<b>8日</b> アジの南部焼き チヂミ ひじき煮 りんご わかめごはん 270kcal 蛋白質10.6g 脂質4.2g 塩分1.4g アレルギー物質 小麦・卵	<b>9日</b> ハンバーグ 塩焼きそば 小松菜煮浸し わらび餅(きな粉) ごはん 347kcal 蛋白質9.0g 脂質7.4g 塩分2.4g アレルギー物質 小麦・乳・卵	<b>10日</b> 白身魚の甘辛ソース・いんげん添え マカロニカレーサラダ ブロッコリーおかか和え 白桃缶 ごはん 332kcal 蛋白質12.6g 脂質6.4g 塩分1.4g アレルギー物質 小麦・乳・卵	<b>11日</b> コーン入りメンチカツ 中華ザーサイ和え 竹輪ごまがらめ 杏仁豆腐 ごはん 264kcal 蛋白質4.5g 脂質6.1g 塩分1.0g アレルギー物質 小麦・乳	<b>12日</b>
<b>15日</b> 唐揚げレモンサラダ 和風スパンテー じゃが芋ミートソース パイン缶 ごはん 452kcal 蛋白質14.7g 脂質15.2g 塩分1.5g アレルギー物質 小麦・乳・卵	<b>16日</b> サバのソース煮 れんこん饅頭 ピーマンドレ和え うぐいす豆 ごはん 321kcal 蛋白質11.2g 脂質5.5g 塩分1.6g アレルギー物質 小麦・卵	<b>17日</b> 豚肉のオイスター炒め 人参金平 若布の青しそサラダ みかん缶 ごはん 306kcal 蛋白質8.9g 脂質11.1g 塩分1.4g アレルギー物質 小麦・卵・カニ	<b>18日</b> 一口カツマトソース ナポリタン 菜の花和え物 マンゴープリン ごはん 404kcal 蛋白質9.0g 脂質11.0g 塩分1.8g アレルギー物質 小麦・乳	<b>19日</b>
<b>22日</b> アジレモンベッパー焼き レンコン煮 白和え オレンジ ごはん 268kcal 蛋白質9.2g 脂質6.1g 塩分1.5g アレルギー物質 小麦	<b>23日</b> 鶏肉スタミナ焼き 筍土佐煮 ひじきサラダ 黄桃缶 ごはん 325kcal 蛋白質13.6g 脂質8.5g 塩分1.1g アレルギー物質 小麦	<b>24日</b> サバのみりん焼き 水餃子和風あん 春雨ゆず和え うずら豆 ごはん 319kcal 蛋白質10.6g 脂質4.7g 塩分1.0g アレルギー物質 小麦	<b>25日</b> 鶏肉のフリッター 焼売 水菜サラダ マスカットゼリー ごはん 415kcal 蛋白質11.5g 脂質15.0g 塩分1.0g アレルギー物質 小麦・乳・卵	<b>26日</b> 麻婆飯 グレープゼリー 376kcal 蛋白質10.0g 脂質7.9g 塩分1.2g アレルギー物質 小麦・乳
<b>29日</b> プルコギ 南瓜煮 若布とトマトの酢の物 みかん缶 ごはん 276kcal 蛋白質9.7g 脂質4.8g 塩分1.0g アレルギー物質 小麦	<b>30日</b> サーモンフライ 椎茸と人参の煮物 コーンドレ キャンディチーズ ごはん 310kcal 蛋白質9.0g 脂質7.7g 塩分1.0g アレルギー物質 小麦・乳・卵	<b>31日</b> 焼肉 さつま芋サラダ ほうれん草お浸し 白桃缶 ゆかりごはん 302kcal 蛋白質9.2g 脂質4.6g 塩分1.9g アレルギー物質 小麦・卵	食材の納入状況等により、 献立が変更する場合があります。 ご了承下さい。	

※アレルギー表示が義務付けられている7品目(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)を記載しております。