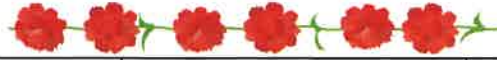


2026年 5月 光梨 献立表



よこはまりバーサイド泉Ⅱ 光梨

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>ご利用者様・ご家族様へ メニューのリクエストや感想などのご意見は、今後とも事業所内『給食に関するご意見入れ』にお寄せくださいますと幸いです。 連絡帳や口頭でお伝えいただいても構いません。</p>		<p>*栄養表記について* エネルギー(Kcal) / 塩分(g) 下線は利用者様のリクエストメニューです。 ※エネルギーは主食200gの場合です。 ※仕入れ等の都合により、内容を変更することがございますので、ご承知おきください。</p>		1日	2日
				<p>胚芽ご飯 とり天 おろしだれかけ ほうれん草のごま和え 味噌汁(キャベツ)</p>	休業日
				624 kcal/2.7g	
4日	5日	6日	7日	8日	9日
<p>みどりの日</p> 	<p>こどもの日</p> 	<p>振替休日</p>	<p>胚芽ご飯 200g 厚揚げとさつまいもの炒め物 オクラとろろ 味噌汁(ほうれんそう)</p>	<p>胚芽ご飯 200g 牛肉の赤ワイン煮 フライドポテト スープ(卵)</p>	<p>胚芽ご飯 200g かに玉あんかけ 餃子入り野菜スープ やわらか杏仁豆腐</p>
				637 kcal/2.4g	640 kcal/2.4g
11日	12日	13日	14日	15日	16日
<p>わかめご飯 豆腐のステーキ 青菜とひき肉の炒め物 味噌汁(なす)</p>	<p>親子丼 和風サラダ 味噌汁(だいこん)</p>	<p>食パン コロケ ブロッコリーと卵の炒めもの ミルクティー</p>	<p>胚芽ご飯 200g サワラの西京焼き 野菜の和え物 味噌汁(オクラ)</p>	<p>たぬきそば なすとピーマンの味噌炒め 黒ごまプリン</p>	休業日
625 kcal/2.8g	559 kcal/2.6g	604 kcal/2.5g	573 kcal/2.2g	599 kcal/2.9g	
18日	19日	20日	21日	22日	23日
<p>胚芽ご飯 200g 鶏肉のシャリアビンスステーキ 蒸し野菜のサラダ スープ(キャベツ)</p>	<p>胚芽ご飯 200g 酢豚 中華スープ(だいこん) マスカットゼリー</p>	<p>胚芽ご飯 200g 助宗タラの塩麴焼き 肉野菜炒め 味噌汁(かぼちゃ)</p>	<p>胚芽ご飯 200g 鶏と玉子のうま煮 きゅうりともずくの酢の物 味噌汁(じゃがいも)</p>	<p>鮭レタスチャーハン オイスターソース炒め 中華スープ</p>	<p><I.Yさんのオリジナルメニュー> 辛くないカレー～チキン～ ポテトサラダ 枝豆の豆乳スープ 抹茶プリン</p>
552 kcal/2.2g	591 kcal/2.1g	566 kcal/2.3g	562 kcal/2.4g	570 kcal/2.8g	635 kcal/2.7g
25日	26日	27日	28日	29日	30日
<p>胚芽ご飯 200g 豚肉ともやし炒め ひじきの煮物 味噌汁(小松菜)</p>	<p>パン サーモンのムニエル じゃがいものトマト煮 鶏と野菜のスープ</p>	<p>胚芽ご飯 200g 鶏のから揚げ ほうれん草のお浸し 味噌汁(大根)</p>	<p>ミートソーススパゲッティー ツナとズッキーニの炒め物 コンソメスープ</p>	<p>胚芽ご飯 200g サバの塩焼き きゅうりとキャベツの中華和え 豚汁</p>	休業日
590 kcal/2.4g	560 kcal/3.1g	550 kcal/2.2g	582 kcal/2.8g	590 kcal/2.3g	