

2024年5月 献立表

よこはまりバーサイド泉Ⅲのぞみ・ひまわり

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日付			1日	2日	3日
昼食			親子丼 キャベツの浅漬け 抹茶ババロア 黒蜜きな粉かけ おすい物(豆腐)	ご飯 ブリの照り焼き 厚揚げの煮物 味噌汁(キャベツ)	エビピラフ チキンソテーオニオンソース こどもの日(日向夏ゼリー) スープ(ほうれん草)
カロリー/塩分			610 kcal/2.3 g	609 kcal/2.5 g	600 kcal/2.2 g
日付	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	ご飯 コロッケ チキンサラダ 味噌汁(絹さや)	海老あんかけチャーハン ナムル ヨーグルトババロア ブルーベリーソースかけ 中華スープ(大根)	パン 鶏肉のチリコンカン かぼちやの大学芋風 クリームスープ(チンゲン菜)	白ごま坦々うどん さつまいものヨーグルトサラダ プリン カラメルソースかけ	ご飯 茄子入り麻婆豆腐 切干大根の酢の物 中華スープ(かにかま)
カロリー/塩分	607 kcal/2.0 g	608 kcal/2.9 g	601 kcal/2.5 g	610 kcal/2.8 g	604 kcal/2.5 g
日付	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	パン チキンソテーガーリックソース 梨のコンポート ほうれん草のミルクスープ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちやのそばろあんかけ すまし汁(小松菜)	長崎ちゃんぽん 焼き餃子 桃ヨーグルト	チキンライス 野菜グラタン(副) ツナサラダ スープ(さやいんげん)	ご飯 アジの竜田揚げネギソース じゃがいもの煮物 味噌汁(白菜)
カロリー/塩分	610 kcal/2.6 g	605 kcal/2.2 g	608 kcal/3.1 g	609 kcal/2.6 g	610 kcal/2.8 g
日付	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	焼肉丼 かぼちやと豆のサラダ 味噌汁(なす)	いわしそば かき揚げ きゅうりの胡麻醤油和え ほうじ茶プリン	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ 拌三絲 中華スープ(小松菜)	ご飯 鯖の味噌煮 ポテトサラダ すまし汁(そうめん)	パン ポークチャップ 青りんごゼリー じゃが芋の豆乳味噌スープ
カロリー/塩分	608 kcal/2.4 g	606 kcal/2.4 g	608 kcal/2.5 g	609 kcal/2.2 g	609 kcal/2.8 g
日付	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	けんちんうどん 甘辛揚げじゃがいも キャベツと竹輪のごま酢和え 水ようかん	ご飯 カニ玉 小松菜のツナ和え 中華スープ(たけのこ)	ハヤシライス ミモザサラダ スープ(アスパラ)	ご飯 チキンカツ(ソース) マカロニサラダ 味噌汁(里芋)	ミートソーススパゲッティ さつまいものコロコロサラダ メロンムース スープ(トマト)
カロリー/塩分	601 kcal/3.0 g	601 kcal/2.3 g	609 kcal/2.8 g	609 kcal/2.5 g	606 kcal/2.6 g

仕入れ等の都合により献立を変更する場合がございますのでご了承ください。・太字は新メニュー&リクエストメニューになります