



2025年 5月 献立表



よこはまりバーサイド泉川のぞみ・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
昼食				ご飯 ピザ風ハンバーグ 温野菜サラダ クリームスープ(チンゲン菜)	ご飯 ブリの照り焼き 厚揚げの煮物 味噌汁(キャベツ)
カロリー/塩分				600 kcal/1.6 g	608 kcal/2.5 g
日付	5日	6日	7日	8日	9日
昼食	<こどもの日> エビピラフ 鶏肉のパン粉焼き プリン スープ(かぶ)	ご飯 鯖の味噌煮 ポテトサラダ すまし汁(そうめん)	パン 肉団子のクリーム煮 コーンとトマトのサラダ いちごババロア ストロベリーソースかけ	親子丼 キャベツの浅漬け 抹茶ババロア 黒蜜かけ 味噌汁(豆腐)	焼きそば かぼちゃの大学芋風 中華スープ(わかめ)
カロリー/塩分	607 kcal/2.6 g	610 kcal/2.4 g	600 kcal/2.8 g	609 kcal/2.6 g	599 kcal/3.1 g
日付	12日	13日	14日	15日	16日
昼食	パン 挽肉と玉葱のオムレツ ぶどうゼリー パンプキンスープ	ご飯 コロケ チキンサラダ 味噌汁(絹さや)	ご飯 カニ玉 アスパラとじゃが芋の マヨネーズ和え 中華スープ(たけのこ)	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ 春雨の中華サラダ 中華スープ(小松菜)	かぼちゃと挽肉のカレー ツナサラダ スープ(トマト)
カロリー/塩分	603 kcal/2.0 g	605 kcal/1.6 g	604 kcal/2.5 g	600 kcal/2.3 g	602 kcal/2.8 g
日付	19日	20日	21日	22日	23日
昼食	ご飯 茄子入り麻婆豆腐 切干大根の酢の物 中華スープ(卵)	焼肉丼 かぼちゃと卵のサラダ 味噌汁(なす)	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	ハヤシライス ミモザサラダ メロンムース スープ(チンゲン菜)	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	599 kcal/2.7 g	602 kcal/2.6 g	599 kcal/3.4 g	602 kcal/2.8 g	610 kcal/2.8 g
日付	26日	27日	28日	29日	30日
昼食	ご飯 チキンカツ(ソース) マカロニサラダ 味噌汁(里芋)	かき揚げそば きゅうりの胡麻醤油和え 寒天ミルクプリン みかんのせ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃのそぼろあんかけ すまし汁(三つ葉)	長崎ちゃんぽん 焼き餃子 桃ヨーグルト	パン ポークチャップ コーヒゼリー コーンクリームスープ
カロリー/塩分	602 kcal/2.5 g	602 kcal/1.7 g	599 kcal/2.2 g	605 kcal/3.0 g	610 kcal/3.4 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

