

2026年5月 献立表

よこはまりパークサイド泉川のぞみ・ひまわり

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
日付					1
昼食					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					608kcal 2.5g
日付	4	5	6	7	8
昼食	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 かぼちやの大学芋風 中華スープ(ワカメ)
カロリー/塩分	607kcal 2.6g	593kcal 2.2g	600kcal 2.8g	595kcal 2.6g	599kcal 3.1g
日付	11	12	13	14	15
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)	かぼちやと挽肉のカレー ツナサラダ スープ(トマト)
カロリー/塩分	603kcal 2.0g	605kcal 1.6g	606kcal 2.5g	601kcal 2.3g	602kcal 2.8g
日付	18	19	20	21	22
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 かぼちやと卵のサラダ 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	599kcal 2.7g	587kcal 2.5g	599kcal 3.4g	591kcal 2.7g	610kcal 2.8g
日付	25	26	27	28	29
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 かぼちやの そばろあんかけ 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 コーヒーゼリー コーンクリームスープ
カロリー/塩分	602kcal 2.5g	602kcal 1.7g	599kcal 2.2g	605kcal 3.0g	610kcal 3.4g

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。