

日付	5月5日(月)	5月6日(火)	5月7日(水)	5月8日(木)	5月9日(金)	5月10日(土)	5月11日(日)
朝食	ごはん 味噌汁 ウインナー炒め 千切りキャベツ マンゴー 惣菜(大豆とひじきの煮物)	ごはん すまし汁 だし巻き卵 千切りキャベツ オレンジ 惣菜(山菜と湯葉の煮物)	ごはん すまし汁 シューマイ 塩もみ野菜 キウイフルーツ 惣菜(たけのこの土佐煮)	クロワッサン(ジャム&マーガリン) かきたまスープ スパゲッティサラダ バナナ	バターロール(ジャム&マーガリン) ソーセージと大豆のトマトスープ かに風味天津卵 千切りキャベツ キウイフルーツ	ごはん すまし汁 肉団子の甘酢あん コールスロー マンゴー 惣菜(黒酢根菜きんぴら)	ごはん(のり佃煮) すまし汁 目玉焼き 塩もみ野菜 オレンジ 惣菜(きのこ湯葉の煮物)
カロリー	①560kcal②16.3g③21.7g④79.8g⑤2.5g	①462kcal②15.0g③12.1g④74.7g⑤1.7g	①454kcal②14.5g③7.7g④83.6g⑤3.1g	①534kcal②11.4g③28.3g④61.9g⑤2.1g	①442kcal②16.5g③22.2g④49.2g⑤3.5g	①470kcal②15.0g③9.5g④84.0g⑤1.7g	①458kcal②15.3g③12.1g④73.0g⑤2.2g
昼食	マカロニグラタン なめこスープ 白身魚のトマトソースかけ カクテルゼリーポンチ	ごはん 味噌汁 メンチカツ 塩もみ野菜 プラム ツナのカレー炒め	たらこスパゲッティ 牛乳 鶏のから揚げ(カレー味) コールスロー ヨーグルトのゼリー添え	ごはん 味噌汁 魚のミラネーゼ 塩もみ野菜 キウイフルーツ 切り昆布の煮物	さんまのかば焼き丼 すまし汁 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ きゅうりの辛子なます オレンジゼリー添え	ジャンバラヤ トマトクリームスープ ラーメンサラダ ぶどうゼリー添え	冷やし中華 海老唐サラダ 杏仁みかん
カロリー	①553kcal②29.4g③18.3g④72.0g⑤3.2g	①765kcal②27.2g③26.0g④112.8g⑤3.2g	①918kcal②40.6g③43.9g④99.7g⑤2.1g	①535kcal②27.7g③12.4g④82.8g⑤3.3g	①732kcal②26.3g③27.3g④101.5g⑤2.4g	①691kcal②17.7g③21.8g④112.0g⑤2.5g	①608kcal②24.7g③18.1g④97.1g⑤2.4g
間食昼	麦茶 スナック	麦茶 菓子パン	麦茶 サブレ	麦茶 チョコ菓子	麦茶 菓子パン	麦茶 クッキー	麦茶 せんべい
夕食	ホイコーロー丼 すまし汁 とびっこのオーロラサラダ 杏仁フルーツ	中華丼 乾物スープ 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ ちぎりレタス・トマト キウイフルーツ ビーンズサラダ	ごはん 味噌汁 サーモンのガーリックソテー オクラの湯葉和え オレンジ ひじきと根菜のきんぴら	山菜ちらし寿司 若竹汁 酢豚 杏仁桃	ごはん 味噌汁 とんかつ 塩もみ野菜 オレンジ 小松菜のひじき和え	ごはん 味噌汁 魚の五目あんかけ ゆでたまごサラダ カップゼリー	ごはん 味噌汁 鶏唐揚げのチリソース ちぎりレタス・トマト じゃがいもとツナの煮物 キウイフルーツ
カロリー	①545kcal②19.9g③10.6g④97.4g⑤1.9g	①619kcal②23.9g③18.6g④94.4g⑤2.6g	①501kcal②25.1g③9.5g④82.9g⑤2.9g	①619kcal②20.5g③16.3g④100.6g⑤1.6g	①596kcal②23.2g③15.8g④95.0g⑤2.8g	①633kcal②27.1g③21.2g④88.0g⑤2.6g	①694kcal②27.2g③26.0g④92.2g⑤2.6g
日付	5月12日(月)	5月13日(火)	5月14日(水)	5月15日(木)	5月16日(金)	5月17日(土)	5月18日(日)
朝食	ごはん 味噌汁 ししゃも焼き 塩もみ野菜 キウイフルーツ 惣菜(大豆とひじきの煮物)	ごはん すまし汁 ウインナーの野菜炒め バナナ 惣菜(山菜と湯葉の煮物)	コッペパン(ジャム&マーガリン) オニオンスープ 枝豆しんじょう ゆでキャベツ トマト マンゴー	クロワッサン(ジャム&マーガリン) グリーンピースポタージュ きのこの卵焼き 千切りレタス オレンジ	バターロール(ジャム&マーガリン) 小松菜のあっさりスープ オムレツ 野菜のバターソテー キウイフルーツ	ごはん すまし汁 ソーセージステーキ 千切りキャベツ バナナ 惣菜(黒酢根菜きんぴら)	菜飯 すまし汁 とろたまハムカツ 千切りキャベツ・トマト オレンジ 惣菜(たけのこの土佐煮)
カロリー	①425kcal②19.1g③7.8g④72.6g⑤2.7g	①533kcal②13.8g③17.2g④84.1g⑤1.8g	①362kcal②12.5g③8.9g④60.5g⑤4.4g	①472kcal②13.4g③28.5g④45.1g⑤2.5g	①412kcal②14.7g③19.0g④50.5g⑤3.6g	①480kcal②16.5g③10.3g④83.3g⑤2.5g	①627kcal②23.7g③22.9g④84.8g⑤2.6g
昼食	おろしそば カップグラタン フライドポテト ちぎりレタス トマト フルーツフルーチェ	塩焼きそば かぼちゃのレースープ 豚しゃぶサラダ 桃のヨーグルトソースかけ	ごはん 豚汁 白身魚の中華和え しめじ和え ジョア	ごはん 味噌汁 魚の照り焼き 塩もみ野菜 キウイフルーツ 大根の味噌煮	冷やしラーメン えびのチリソース オニオンフライ 塩もみ野菜 ヨーグルトのフルーツ練乳かけ	カレーライス 牛乳 ひじきと蕎麦のサラダ ホイップフルーツ	梅しそうどん たこ焼き ゆで野菜 白身魚の中華和え バナナ
カロリー	①573kcal②18.9g③18.0g④88.7g⑤1.8g	①668kcal②22.9g③26.7g④97.6g⑤2.5g	①684kcal②28.4g③16.7g④109.5g⑤2.3g	①443kcal②22.4g③4.1g④82.5g⑤2.9g	①620kcal②31.5g③15.1g④95.9g⑤3.5g	①773kcal②24.2g③26.1g④120.4g⑤2.0g	①626kcal②27.1g③15.4g④99.5g⑤2.9g
間食昼	麦茶 スナック	麦茶 菓子パン	麦茶 チョコ菓子	麦茶 サブレ	麦茶 菓子パン	麦茶 チョコ菓子	麦茶 せんべい
夕食	あさりごはん すまし汁 鶏の竜田揚げ コールスロー オレンジ ひじきの煮物	ごはん 味噌汁 魚のピカタ チーズ豆竹輪 ちぎりレタス・キウイフルーツ 春雨のわさび和え	ししゃもっこ丼 すまし汁 筑前煮 フルーツポンチ	肉うどん 鶏のから揚げ コールスロー 杏仁みかん	ごはん 味噌汁 鶏唐と揚げなすのおろしサラダ きんぴらごぼう マンゴー	ごはん 味噌汁 えびフライ フライドポテト コールスロー・オレンジ きゅうりとオクラの磯香和え	ごはん 味噌汁 チキンステーキ かぼちゃの煮付け ちぎりレタス・キウイフルーツ 華風サラダ
カロリー	①588kcal②25.3g③25.2g④69.2g⑤2.4g	①561kcal②28.3g③9.4g④93.5g⑤2.6g	①629kcal②26.5g③17.8g④94.5g⑤1.5g	①720kcal②30.4g③35.7g④76.4g⑤1.7g	①649kcal②20.9g③24.2g④90.6g⑤1.6g	①598kcal②16.9g③15.5g④101.7g⑤3.3g	①548kcal②19.7g③15.6g④86.2g⑤2.6g

①エネルギー②たんぱく質③脂質④炭水化物⑤食塩