



2019年 5月 献立表



あずみ苑 春日井

		2019/5/1 (水)		2019/5/2 (木)		2019/5/3 (金)		2019/5/4 (土)										
昼食		御飯 みそ汁 鶏肉の竜田揚げ ちくわの煮物 酢の物 漬物	かき玉うどん ミニおにぎり 肉味噌豆腐 アスパラのピーナッツ和え 漬物	御飯 みそ汁 豚肉の生姜焼 なすの揚げ浸し 白菜のおかか和え 煮豆	ピラフ コンソメスープ えびフライ フライドポテト フレンチサラダ ミニロールケーキ	プレミアムランチ ☆お子様ランチ☆												
		エ 559 Kcal / た 21.6g / 脂 11.3g / 塩 3.3g	エ 513 Kcal / た 19g / 脂 7.3g / 塩 3.2g	エ 616 Kcal / た 22.3g / 脂 22g / 塩 3.2g	エ 767 Kcal / た 20.1g / 脂 27.1g / 塩 4.8g	おやつ	牛乳寒天マンゴーソースかけ	さつまいもケーキ	エクレア	おはぎ	エ 65 Kcal / た 1.3g / 脂 1.5g / 塩 0g	エ 137 Kcal / た 2.6g / 脂 4.9g / 塩 0.2g	エ 77 Kcal / た 0.9g / 脂 5.6g / 塩 0.1g	エ 98 Kcal / た 1.7g / 脂 0.2g / 塩 0g				
		2019/5/6 (月)		2019/5/7 (火)		2019/5/8 (水)		2019/5/9 (木)		2019/5/10 (金)		2019/5/11 (土)						
昼食	醤油ラーメン 春巻 キャベツの中華和え フルーツ	御飯 みそ汁 カレーの和風マリネ じゃがいものカレー炒め ほうれん草のおかか和え 漬物	御飯 コンソメスープ 豚肉のトマト煮 アスパラソテー スパゲティサラダ フルーツ	御飯 中華スープ 麻婆豆腐 肉焼売 しらすときゅうりの中華和え 漬物	御飯 みそ汁 子キン南蛮 ひじきの炒り煮 小松菜のごま和え フルーツ	牛丼 みそ汁 かぼちゃの含め煮 冷奴 漬物	郷土料理の日 宮崎県(子キン南蛮)											
	エ 557 Kcal / た 22.9g / 脂 18.6g / 塩 7g	エ 496 Kcal / た 22g / 脂 10.5g / 塩 2.3g	エ 684 Kcal / た 19.6g / 脂 27.5g / 塩 3g	エ 630 Kcal / た 25.3g / 脂 22.8g / 塩 4.1g	エ 662 Kcal / た 23g / 脂 26.7g / 塩 2.8g	エ 505 Kcal / た 21.2g / 脂 7.1g / 塩 3.4g	おやつ	きみしぐれ	おやつレク	抹茶の蒸しケーキ	フルーツエ	酒饅頭	きなこおはぎ	エ 59 Kcal / た 1.3g / 脂 0.3g / 塩 0g	エ 205 Kcal / た 4.8g / 脂 5.3g / 塩 0.6g	エ 41 Kcal / た 1g / 脂 1.1g / 塩 0.1g	エ 77 Kcal / た 1.4g / 脂 0.2g / 塩 0.1g	エ 85 Kcal / た 1.9g / 脂 0.3g / 塩 0.1g
		2019/5/13 (月)		2019/5/14 (火)		2019/5/15 (水)		2019/5/16 (木)		2019/5/17 (金)		2019/5/18 (土)						
昼食	御飯 みそ汁 あじフライ なすと枝豆のそぼろ炒め 蓮根の梅和え 漬物	御飯 わかめスープ 回鍋肉 大根の中華煮 チンゲンサイの海苔和え フルーツ	御飯 みそ汁 かれいの黄身焼 生揚げの煮物 かぼちゃのマヨネーズ和え 漬物	天丼 赤だしみそ汁 茶碗蒸し 炊合せ オクラのお浸し デザート	御飯 みそ汁 さわらの磯マヨネーズ焼 つくねの煮物 春菊のわさび和え 煮豆	御飯 貝たくさん汁 豚肉のマスタード醤油炒め 煮奴 じゃがいもの明太子和え 漬物	プレミアムランチ 天丼											
	エ 628 Kcal / た 25g / 脂 18.4g / 塩 3.6g	エ 421 Kcal / た 14.5g / 脂 8.5g / 塩 3.3g	エ 559 Kcal / た 22.9g / 脂 14.7g / 塩 3.5g	エ 648 Kcal / た 25.4g / 脂 12.8g / 塩 4.5g	エ 637 Kcal / た 25.7g / 脂 18.2g / 塩 3g	エ 587 Kcal / た 21g / 脂 19.1g / 塩 3.7g	おやつ	パンケーキ(抹茶)	今川焼	いちごパバロア	チョコレート饅頭	バナナケーキ	さつまいもの茶巾しぼり	エ 96 Kcal / た 1.4g / 脂 2.2g / 塩 0.1g	エ 86 Kcal / た 2g / 脂 0.7g / 塩 0g	エ 90 Kcal / た 2.2g / 脂 3.4g / 塩 0g	エ 75 Kcal / た 1.6g / 脂 1g / 塩 0g	エ 134 Kcal / た 2.1g / 脂 5.4g / 塩 0.3g
		2019/5/20 (月)		2019/5/21 (火)		2019/5/22 (水)		2019/5/23 (木)		2019/5/24 (金)		2019/5/25 (土)						
昼食	御飯 みそ汁 鶏肉の柚子こしょうマヨ焼 里芋ごまよこし 和風マリネ 漬物	御飯 みそ汁 トンカツ ぜんまいの煮物 菜の花のサラダ 煮豆	御飯 みそ汁 白身魚の利休焼 じゃがいもと竹輪の煮物 青梗菜の辛子和え 漬物	オムライス コンソメスープ 野菜コロッケ 人参のフレンチサラダ フルーツ	あなごちらし すまし汁 茶碗蒸し 生揚げと里芋の煮物 水菓子	御飯 中華スープ 豚肉のチンジャオロースー ぎょうざ 春雨の青しそ和え フルーツ	プレミアムランチ あなごちらし寿司											
	エ 576 Kcal / た 22.2g / 脂 17.6g / 塩 2.9g	エ 584 Kcal / た 18.2g / 脂 14g / 塩 2.8g	エ 454 Kcal / た 20.7g / 脂 5.9g / 塩 2.7g	エ 582 Kcal / た 14.3g / 脂 15.9g / 塩 3.7g	エ 577 Kcal / た 22.5g / 脂 13.1g / 塩 3.3g	エ 596 Kcal / た 19.2g / 脂 15.7g / 塩 3.9g	おやつ	味噌饅頭	プレミアムおやつ	ドームケーキ	プリン	コーヒーゼリー	りんごとレーズンの蒸しパン	エ 61 Kcal / た 1.1g / 脂 0.2g / 塩 0.2g	エ 117 Kcal / た 2.3g / 脂 4.2g / 塩 0g	エ 114 Kcal / た 5.8g / 脂 5.9g / 塩 0.1g	エ 59 Kcal / た 0.3g / 脂 0.7g / 塩 0g	エ 138 Kcal / た 2.7g / 脂 3.5g / 塩 0.3g
		2019/5/27 (月)		2019/5/28 (火)		2019/5/29 (水)		2019/5/30 (木)		2019/5/31 (金)								
昼食	御飯 コンソメスープ ハンバーグ アスパラソテー ミモザサラダ フルーツ	御飯 みそ汁 すき焼風 温泉玉子 さつまいもの煮物 もやしの生姜和え 漬物	御飯 みそ汁 あじの南蛮漬 高野豆腐の煮物 大根の梅和え 漬物	御飯 みそ汁 チキンカツ煮 れんこん金平 きゅうりの酢の物 煮豆	わかめそば ミニおにぎり えびのかき揚げ 白菜とツナの和風サラダ フルーツ	※国産米を使用しております。												
	エ 646 Kcal / た 17g / 脂 19.1g / 塩 3.7g	エ 735 Kcal / た 24.9g / 脂 26.4g / 塩 3.7g	エ 594 Kcal / た 24.2g / 脂 14.2g / 塩 3.9g	エ 654 Kcal / た 22.2g / 脂 15.9g / 塩 3g	エ 484 Kcal / た 19.2g / 脂 3.6g / 塩 4.4g	おやつ	パイ饅頭	桃まんじゅう	スイートポテト	抹茶寒天あずぎ添え	マドレーヌ			エ 116 Kcal / た 1.4g / 脂 5.8g / 塩 0.2g	エ 67 Kcal / た 1.5g / 脂 0.5g / 塩 0.1g	エ 139 Kcal / た 1.5g / 脂 6g / 塩 0.1g	エ 84 Kcal / た 0.7g / 脂 1.4g / 塩 0g	エ 117 Kcal / た 1.5g / 脂 6.9g / 塩 0.1g

* 食材の仕入れの関係で、献立が一部変更になる場合があります。ご了承ください。 E...エネルギー た...たんぱく質 脂...脂質 塩...塩分