MORE 5月

令和8年5月献立表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
お昼ごはん	☆5月6日(水)/12日(火)/29日(月) お誕生日メニュー ☆5月26日(火) ご当地リレーメニュー「佐賀県」です ☆5日はこどもの日に因んで、お子様ランチ風に提供します 今月はBBQがあるためイベント食はキャンセルさせて頂いています。				1 ごはん チンジャオロース 蒸し餃子 甘酢きくらげ わかめスープ	2 お休み
成分					エネルギー 589 kcal たんぱく質 28.2 g 脂質 17.9 g 食塩相当量 3.8 g	
お昼ごはん	4みどりの日 ごはん 豚肉のくわ焼き 切干大根 さつま芋のハニーバター すまし汁	5こどもの日 ミートライス ハンバーグと エビフライ マセドワンサラダ クリームスープ	6お誕生日メニュー 納豆ごはん おろしハンバーグ 貝割れの甘酢和え すまし汁 水ようかん	7 ごはん 鰆の幽庵焼き 筑前煮 味噌汁 コーヒーゼリー	8 ごはん 鶏肉の松風焼き 白和え 里芋の煮物 切干大根の味噌汁	9 お休み
成分	エネルギー 581 kcal たんぱく質 25.8 g 脂質 18.1 g 食塩相当量 2.2 g	エネルギー 572 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 19.2 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 491 kcal たんぱく質 23.2 g 脂質 12.1 g 食塩相当量 2.9 g	エネルギー 542 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 16.3 g 食塩相当量 3.9 g	エネルギー 522 kcal たんぱく質 29.2 g 脂質 17.8 g 食塩相当量 3.9 g	
お昼ごはん	11 ピザトースト こしあんぱん 海鮮カレー炒め 野菜ジュース	12お誕生日メニュー 冷やし中華 棒棒鶏 バケツサイズの フルーツゼリー	13 BBQ ごはん 鶏肉のトマトソースかけ ほうれんそうのコーン バター炒め 豆乳スープ 桃	14 ごはん カレイの西京焼き 出汁巻き卵 茄子とトマト和え にゅう麺 フルーチェ	15 サラダうどん 巣ごもり卵 小松菜の納豆和え はちみつりんご	16 お休み
成分	エネルギー 467 kcal たんぱく質 19.6 g 脂質 13.6 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 480 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 11.5 g 食塩相当量 2.8 g	エネルギー 493 kcal たんぱく質 28.7 g 脂質 11.1 g 食塩相当量 1.5 g	エネルギー 460 kcal たんぱく質 23.5 g 脂質 10.9 g 食塩相当量 2.3 g	エネルギー 474 kcal たんぱく質 23.9 g 脂質 16.1 g 食塩相当量 2.4 g	
お昼ごはん	18 豚骨ラーメン 野菜炒め 明太サラダ チョコバナナ	19 牛丼 スパサラダ 白菜の漬物 野菜スープ	20 BBQ ごはん 麻婆茄子 かに玉 もずくスープ	21 ごはん 鮭の香草パン粉焼き かぼちゃの煮物 チョレギサラダ 味噌汁	22 照り焼きチキンバーガー クリームパン スクランブルエッグ ハッシュドポテト コーンスープ	23 お休み
成分	エネルギー 471 kcal たんぱく質 25.5 g 脂質 12.1 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 499 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 12.2 g 食塩相当量 2.5 g	エネルギー 516 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 16.6 g 食塩相当量 3.3 g	エネルギー 476 kcal たんぱく質 27.7 g 脂質 12.8 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 552 kcal たんぱく質 24.7 g 脂質 20.0 g 食塩相当量 3.4 g	
お昼ごはん	25 ごはん お好み焼き もやしのナムル しいたけの甘辛煮 野菜スープ	26 ご当地リレーメニュー シシリアンライス 海苔とマイタケの バター炒め のっぺ汁 みかん	27 ごはん 鶏の唐揚げおろしポン酢 納豆キムチ奴 大根サラダ 味噌汁	28 たいめし 豚の生姜焼き 酢の物 なめこのすまし汁	29お誕生日メニュー ぶっかけそば おにぎり とり天 切干大根 手作りプリン	30 ごはん しゅうまい 温野菜 ごぼうの鶏そぼろ煮 レタスの中華スープ
成分	エネルギー 628 kcal たんぱく質 26.0 g 脂質 19.7 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 499 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 16.4 g 食塩相当量 1.8 g	エネルギー 545 kcal たんぱく質 25.4 g 脂質 18.0 g 食塩相当量 3.5 g	エネルギー 461 kcal たんぱく質 24.1 g 脂質 13.3 g 食塩相当量 3.2 g	エネルギー 612 kcal たんぱく質 27.9 g 脂質 13.7 g 食塩相当量 5.1 g	エネルギー 504 kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 13.8 g 食塩相当量 3.7 g