

常A(A)

	令和08年05月01日(金)	令和08年05月02日(土)	令和08年05月03日(日)										
朝	米飯 魚の蒲焼き スクランブルエッグ 付け)いんげんソテー みそ汁	食パン・ジャム 目玉焼 ポークビーンズ クラムチャウダー フルーツ	米飯 魚のバター焼き ほうれん草のお浸し なめこみそ汁 しそ昆布										
	エネルギー 609 kcal	エネルギー 679 kcal	エネルギー 537 kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal
	蛋白質 22.0 g	蛋白質 22.6 g	蛋白質 21.8 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g
	脂質 21.5 g	脂質 32.7 g	脂質 8.7 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g
	炭水化物 84.5 g	炭水化物 74.9 g	炭水化物 94.4 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g
夕	クファージュシー 肉野菜沖縄そば 大根の甘酢和え	米飯 白身魚の竜田揚げ 白菜と豚肉の重ね煮 みそ汁	キャロットパン ロールキャベツのクリーム煮 小松菜のペペロンチーノ フレッシュサラダ										
	エネルギー 633 kcal	エネルギー 692 kcal	エネルギー 580 kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal
	蛋白質 27.2 g	蛋白質 23.9 g	蛋白質 20.2 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g
	脂質 8.0 g	脂質 20.9 g	脂質 21.9 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g
	炭水化物 119.8 g	炭水化物 103.6 g	炭水化物 78.2 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g
合計	エネルギー 1242 kcal	エネルギー 1371 kcal	エネルギー 1117 kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal	エネルギー kcal
	蛋白質 49.2 g	蛋白質 46.5 g	蛋白質 42.0 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g	蛋白質 g
	脂質 29.5 g	脂質 53.6 g	脂質 30.6 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g	脂質 g
	炭水化物 204.3 g	炭水化物 178.5 g	炭水化物 172.6 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g	炭水化物 g

常A(A)

	令和08年05月04日(月)	令和08年05月05日(火)	令和08年05月06日(水)	令和08年05月07日(木)	令和08年05月08日(金)	令和08年05月09日(土)	令和08年05月10日(日)
朝	米飯 魚のマヨネ焼き 牛肉と蓮根の炒め煮 アーサのみそ汁	米飯 牛肉コロッケ 竹輪といんげんの炒め物 納豆 みそ汁	米飯 ポーク&たまご キャベツのツナ炒め ゆし豆腐汁 しそ昆布	米飯 肉団子の甘酢煮 チンゲン菜ソテー あさりみそ汁 フルーツ	米飯 チキンの香味焼き おからイリチー みそ汁	ホットドック 揚げパン フレッシュサラダ フルーツ缶 オニオンスープ	米飯 あじフライ きんぴらごぼう 納豆 みそ汁
	エネルギー 577 kcal	エネルギー 641 kcal	エネルギー 723 kcal	エネルギー 603 kcal	エネルギー 556 kcal	エネルギー 391 kcal	エネルギー 710 kcal
	蛋白質 210 g	蛋白質 17.4 g	蛋白質 25.8 g	蛋白質 19.4 g	蛋白質 23.3 g	蛋白質 9.4 g	蛋白質 21.7 g
	脂質 14.4 g	脂質 16.3 g	脂質 29.5 g	脂質 12.8 g	脂質 9.7 g	脂質 15.2 g	脂質 23.0 g
	炭水化物 93.1 g	炭水化物 107.7 g	炭水化物 89.9 g	炭水化物 104.0 g	炭水化物 95.5 g	炭水化物 54.2 g	炭水化物 105.9 g
夕	米飯 和風ミートローフ・きのこソー 付け)アスパラソテー 南瓜サラダ かき玉汁	米飯 鮭の南蛮漬け ニンニクの芽と豚肉の炒め 冷奴 へちまのみそ汁	タコライス ポテトフライ 温野菜スープ ぜんざい	米飯 揚げさばのおろし煮 クーブイリチー さつま芋と林檎サラダ ワカメスープ	米飯 生姜肉だんご鍋風 魚のきのこあんかけ マカロニサラダ フルーツ	ビビンバ丼 ツナサラダ 中華スープ フルーツ	ミートスパゲティ コロッケ 花野菜のサラダ トマトと卵スープ
	エネルギー 775 kcal	エネルギー 661 kcal	エネルギー 1084 kcal	エネルギー 733 kcal	エネルギー 898 kcal	エネルギー 721 kcal	エネルギー 617 kcal
	蛋白質 28.7 g	蛋白質 29.1 g	蛋白質 37.4 g	蛋白質 22.6 g	蛋白質 31.4 g	蛋白質 30.3 g	蛋白質 23.6 g
	脂質 28.3 g	脂質 16.6 g	脂質 37.1 g	脂質 26.1 g	脂質 31.1 g	脂質 20.0 g	脂質 27.3 g
	炭水化物 105.1 g	炭水化物 102.4 g	炭水化物 156.2 g	炭水化物 107.4 g	炭水化物 125.5 g	炭水化物 110.1 g	炭水化物 71.9 g
合計	エネルギー 1352 kcal	エネルギー 1302 kcal	エネルギー 1807 kcal	エネルギー 1336 kcal	エネルギー 1454 kcal	エネルギー 1112 kcal	エネルギー 1327 kcal
	蛋白質 49.7 g	蛋白質 46.5 g	蛋白質 63.2 g	蛋白質 42.0 g	蛋白質 54.7 g	蛋白質 39.7 g	蛋白質 45.3 g
	脂質 42.7 g	脂質 32.9 g	脂質 66.6 g	脂質 38.9 g	脂質 40.8 g	脂質 35.2 g	脂質 50.3 g
	炭水化物 198.2 g	炭水化物 210.1 g	炭水化物 246.1 g	炭水化物 211.4 g	炭水化物 221.0 g	炭水化物 164.3 g	炭水化物 177.8 g

常A(A)

	令和08年05月11日(月)	令和08年05月12日(火)	令和08年05月13日(水)	令和08年05月14日(木)	令和08年05月15日(金)	令和08年05月16日(土)	令和08年05月17日(日)
朝	米飯 チキンオムレツ(トマトソース) 青菜ウインナー炒め みそ汁	米飯 鶏肉の照焼き 野菜炒め 納豆 みそ汁	米飯 豚肉とピーマン炒め ホタテフライ みそ汁	米飯 大根の挽肉あんかけ だし巻き卵 きゅうりおかか和え そうめん汁	米飯 梅肉チキンの大葉フライ ツナキャベツのソテー みそ汁 納豆	米飯 さわらの西京焼き フーチャンプル みそ汁 しそ昆布	ドッグパン クリームパン 白身魚フライ 付け)キャベツ コンソメスープ(セロリ・ペーコン・タマネ
	エネルギー 531 kcal	エネルギー 583 kcal	エネルギー 655 kcal	エネルギー 504 kcal	エネルギー 609 kcal	エネルギー 621 kcal	エネルギー 497 kcal
	蛋白質 14.4 g	蛋白質 26.3 g	蛋白質 14.6 g	蛋白質 16.1 g	蛋白質 23.9 g	蛋白質 25.6 g	蛋白質 14.8 g
	脂質 13.6 g	脂質 12.8 g	脂質 21.2 g	脂質 7.2 g	脂質 12.1 g	脂質 17.0 g	脂質 22.6 g
	炭水化物 88.7 g	炭水化物 93.0 g	炭水化物 100.9 g	炭水化物 94.1 g	炭水化物 103.3 g	炭水化物 93.0 g	炭水化物 60.5 g
夕	あなご散らし寿司 具だくさん豚汁 オクラとひじきの和え物(ツナ)	キャロットパン ポテトグラタン チキンナゲット サラダ かぶのコンソメスープ	米飯 鶏から揚げ甘酢あんかけ 白菜と沢庵の和え物 ミニ茶そば	米飯 魚のトマトソース煮 サラダロールフライ フレッシュサラダ コンソメスープ	ライス 坦々麺 春巻	オムライス パパイヤサラダ 根菜ジンジャースープ	米飯 油淋鶏 焼きビーフン ミニ肉まん スープ
	エネルギー 643 kcal	エネルギー 651 kcal	エネルギー 583 kcal	エネルギー 728 kcal	エネルギー 703 kcal	エネルギー 738 kcal	エネルギー 779 kcal
	蛋白質 19.5 g	蛋白質 29.2 g	蛋白質 32.4 g	蛋白質 23.3 g	蛋白質 27.8 g	蛋白質 23.4 g	蛋白質 36.5 g
	脂質 10.3 g	脂質 28.6 g	脂質 7.2 g	脂質 22.3 g	脂質 14.4 g	脂質 23.5 g	脂質 19.8 g
	炭水化物 121.0 g	炭水化物 71.5 g	炭水化物 101.4 g	炭水化物 110.5 g	炭水化物 116.2 g	炭水化物 111.2 g	炭水化物 115.5 g
合計	エネルギー 1174 kcal	エネルギー 1234 kcal	エネルギー 1238 kcal	エネルギー 1232 kcal	エネルギー 1312 kcal	エネルギー 1359 kcal	エネルギー 1276 kcal
	蛋白質 33.9 g	蛋白質 55.5 g	蛋白質 47.0 g	蛋白質 39.4 g	蛋白質 51.7 g	蛋白質 49.0 g	蛋白質 51.3 g
	脂質 23.9 g	脂質 41.4 g	脂質 28.4 g	脂質 29.5 g	脂質 26.5 g	脂質 40.5 g	脂質 42.4 g
	炭水化物 209.7 g	炭水化物 164.5 g	炭水化物 202.3 g	炭水化物 204.6 g	炭水化物 219.5 g	炭水化物 204.2 g	炭水化物 176.0 g

常A(A)

	令和08年05月18日(月)	令和08年05月19日(火)	令和08年05月20日(水)	令和08年05月21日(木)	令和08年05月22日(金)	令和08年05月23日(土)	令和08年05月24日(日)
朝	米飯 サーモンマスタード焼 ゴーヤーチャンプルー* みそ汁	米飯 グリルチキン 付けレタス アスパラソテー みそ汁	米飯 鮭の塩焼き スクランブルエッグ いんげんのごま和え 納豆 みそ汁	米飯 ナスと豚肉の旨煮 じゃがいもコロケ みそ汁	米飯 さわらのねぎみそ焼き ブロッコリーソテー しそ昆布 ゆし豆腐汁	米飯 豚肉とじゃが芋の炒め物 ほうれん草のお浸し 味のり みそ汁	食パン タンドリーチキン 花野菜のサラダ ジュリアンヌスープ
	エネルギー 607 kcal	エネルギー 524 kcal	エネルギー 504 kcal	エネルギー 574 kcal	エネルギー 608 kcal	エネルギー 578 kcal	エネルギー 470 kcal
	蛋白質 23.6 g	蛋白質 19.4 g	蛋白質 27.6 g	蛋白質 14.7 g	蛋白質 24.2 g	蛋白質 19.2 g	蛋白質 22.7 g
	脂質 17.9 g	脂質 9.9 g	脂質 18.1 g	脂質 12.1 g	脂質 16.5 g	脂質 13.6 g	脂質 21.9 g
	炭水化物 87.6 g	炭水化物 89.4 g	炭水化物 59.0 g	炭水化物 101.9 g	炭水化物 93.2 g	炭水化物 95.0 g	炭水化物 45.4 g
夕	カレーライス 漬物 卵サラダ	焼き豚チャーハン 長崎ちゃんぽん ★マンゴープリン	麦ご飯 すき焼き 温泉卵 ポテトサラダ アーサ汁	いなり寿司 沖縄そば もずく酢	米飯 チキン南蛮 ポテトのチーズ焼き ちくわと胡瓜の和え物 スープ	米飯 鯖の立田揚げ 筑前煮 すまし汁(とろろ昆布・みつば)	えびピラフ とんかつ スパゲティナポリタン コーンポタージュ
	エネルギー 844 kcal	エネルギー 758 kcal	エネルギー 863 kcal	エネルギー 712 kcal	エネルギー 741 kcal	エネルギー 682 kcal	エネルギー 1026 kcal
	蛋白質 26.2 g	蛋白質 25.7 g	蛋白質 41.4 g	蛋白質 27.8 g	蛋白質 29.2 g	蛋白質 30.6 g	蛋白質 27.1 g
	脂質 29.5 g	脂質 14.4 g	脂質 25.9 g	脂質 27.2 g	脂質 22.1 g	脂質 20.2 g	脂質 30.0 g
	炭水化物 121.0 g	炭水化物 133.3 g	炭水化物 121.9 g	炭水化物 94.9 g	炭水化物 108.9 g	炭水化物 99.8 g	炭水化物 163.6 g
合計	エネルギー 1451 kcal	エネルギー 1282 kcal	エネルギー 1367 kcal	エネルギー 1286 kcal	エネルギー 1349 kcal	エネルギー 1260 kcal	エネルギー 1496 kcal
	蛋白質 49.8 g	蛋白質 45.1 g	蛋白質 69.0 g	蛋白質 42.5 g	蛋白質 53.4 g	蛋白質 49.8 g	蛋白質 49.8 g
	脂質 47.4 g	脂質 24.3 g	脂質 44.0 g	脂質 39.3 g	脂質 38.6 g	脂質 33.8 g	脂質 51.9 g
	炭水化物 208.6 g	炭水化物 222.7 g	炭水化物 180.9 g	炭水化物 196.8 g	炭水化物 202.1 g	炭水化物 194.8 g	炭水化物 209.0 g

常A(A)

	令和08年05月25日(月)	令和08年05月26日(火)	令和08年05月27日(水)	令和08年05月28日(木)	令和08年05月29日(金)	令和08年05月30日(土)	令和08年05月31日(日)
朝	米飯 さばのみりんつけ焼き パパイイリチー 目玉焼き みそ汁	米飯 魚のポテマヨ焼き 大豆とひじきの炒り煮 みそ汁	米飯 チキンのガーリック焼 ブロッコリーソテー みそ汁	フルーツパンサンド ホットドッグ パンプキンスープ	米飯 さばの味噌煮 菜の花ソテー ゆし豆腐汁	米飯 鮭の塩焼き きんぴらごぼう みそ汁	食パン・ジャム ハム・チーズ スクランブルエッグ レタス・キュウリ コーンクリームスープ フルーツ
	エネルギー 636 kcal	エネルギー 580 kcal	エネルギー 561 kcal	エネルギー 514 kcal	エネルギー 582 kcal	エネルギー 491 kcal	エネルギー 586 kcal
	蛋白質 23.0 g	蛋白質 22.8 g	蛋白質 22.2 g	蛋白質 13.8 g	蛋白質 21.8 g	蛋白質 17.9 g	蛋白質 21.2 g
	脂質 22.0 g	脂質 10.2 g	脂質 14.6 g	脂質 19.4 g	脂質 16.6 g	脂質 7.8 g	脂質 25.5 g
	炭水化物 88.6 g	炭水化物 100.7 g	炭水化物 88.0 g	炭水化物 71.6 g	炭水化物 88.1 g	炭水化物 89.2 g	炭水化物 68.6 g
夕	わかめご飯 焼きそば チキンナゲット サラダ きのこスープ	米飯 酢豚 肉しゅうまい 春雨サラダ スープ	米飯 豚肉の生姜焼き わかさぎの天ぷら アーサー汁	米飯 チゲ風スープ チーズはんぺんフライ 人参とワカメのナムル	米飯 鶏のから揚げ 付け)キャベツ きんぴら大根 あさり入りみそ汁	パンプキンパン たらこスパゲティ カレー風味いももち セロリのスープ	米飯 肉じゃが もずく酢 そうめん汁
	エネルギー 791 kcal	エネルギー 875 kcal	エネルギー 672 kcal	エネルギー 633 kcal	エネルギー 679 kcal	エネルギー 746 kcal	エネルギー 664 kcal
	蛋白質 26.8 g	蛋白質 25.3 g	蛋白質 28.9 g	蛋白質 26.1 g	蛋白質 35.1 g	蛋白質 19.3 g	蛋白質 22.6 g
	脂質 20.9 g	脂質 35.7 g	脂質 23.5 g	脂質 15.3 g	脂質 20.8 g	脂質 29.4 g	脂質 10.4 g
	炭水化物 125.6 g	炭水化物 115.2 g	炭水化物 87.1 g	炭水化物 100.1 g	炭水化物 92.2 g	炭水化物 103.5 g	炭水化物 123.0 g
合計	エネルギー 1427 kcal	エネルギー 1455 kcal	エネルギー 1233 kcal	エネルギー 1147 kcal	エネルギー 1261 kcal	エネルギー 1237 kcal	エネルギー 1250 kcal
	蛋白質 49.8 g	蛋白質 48.1 g	蛋白質 51.1 g	蛋白質 39.9 g	蛋白質 56.9 g	蛋白質 37.2 g	蛋白質 43.8 g
	脂質 42.9 g	脂質 45.9 g	脂質 38.1 g	脂質 34.7 g	脂質 37.4 g	脂質 37.2 g	脂質 35.9 g
	炭水化物 214.2 g	炭水化物 215.9 g	炭水化物 175.1 g	炭水化物 171.7 g	炭水化物 180.3 g	炭水化物 192.7 g	炭水化物 191.6 g