

2025年5月メニュー予定

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
				
		つくお丼 エネルギー 688kcal たんぱく質 25.7g 脂質 20.0g 炭水化物 93.6g 食塩相当量 3.1g	和風ハンバーグ エネルギー 275kcal たんぱく質 16.3g 脂質 7.6g 炭水化物 33.0g 食塩相当量 1.4g	鶏肉のティーズル エネルギー 562kcal たんぱく質 25.6g 脂質 41.3g 炭水化物 19.3g 食塩相当量 2.1g
				
		ミックスフライ エネルギー 356kcal たんぱく質 13.7g 脂質 22.5g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.6g	サーモンのピリ辛炒め エネルギー 201kcal たんぱく質 20.1g 脂質 4.4g 炭水化物 19.1g 食塩相当量 1.7g	照り焼き-オニオンソース- エネルギー 439kcal たんぱく質 18.2g 脂質 20.3g 炭水化物 35.9g 食塩相当量 2.8g
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
				
メンチカツ エネルギー 250kcal たんぱく質 5.9g 脂質 15.8g 炭水化物 21.4g 食塩相当量 1.8g	牛丼 エネルギー 901kcal たんぱく質 26.9g 脂質 34.3g 炭水化物 108.8g 食塩相当量 3.4g	鶏胸肉の香味焼き エネルギー 393kcal たんぱく質 22.0g 脂質 19.4g 炭水化物 22.8g 食塩相当量 3.1g	豚の生姜焼き エネルギー 606kcal たんぱく質 15.5g 脂質 48.3g 炭水化物 16.2g 食塩相当量 2.5g	鶏の甘酢炒め エネルギー 515kcal たんぱく質 24.4g 脂質 31.7g 炭水化物 28.0g 食塩相当量 2.4g
				
ねぎとろ丼 エネルギー 414kcal たんぱく質 25.2g 脂質 28.3g 炭水化物 13.7g 食塩相当量 3.5g	鯖幽庵焼き エネルギー 177kcal たんぱく質 15.9g 脂質 6.8g 炭水化物 9.4g 食塩相当量 1.8g	鮭オープンパン粉焼き エネルギー 131kcal たんぱく質 10.3g 脂質 5.0g 炭水化物 9.1g 食塩相当量 0.6g	カレーのムニエル エネルギー 232kcal たんぱく質 18.7g 脂質 7.0g 炭水化物 21.7g 食塩相当量 0.4g	鯖のポテサラ焼き エネルギー 243kcal たんぱく質 11.3g 脂質 14.9g 炭水化物 12.5g 食塩相当量 3.1g
5月19日 月	5月20日 火	5月21日 水	5月22日 木	5月23日 金
				
照焼チキン エネルギー 402kcal たんぱく質 37.8g 脂質 18.0g 炭水化物 18.4g 食塩相当量 3.4g	トマトハンバーグ エネルギー 328kcal たんぱく質 18.0g 脂質 11.0g 炭水化物 37.4g 食塩相当量 1.5g	タンドリーチキン エネルギー 363kcal たんぱく質 29.5g 脂質 23.0g 炭水化物 6.4g 食塩相当量 1.3g	とんてき エネルギー 441kcal たんぱく質 22.9g 脂質 24.2g 炭水化物 29.0g 食塩相当量 3.7g	油淋鶏 エネルギー 508kcal たんぱく質 24.3g 脂質 31.6g 炭水化物 27.5g 食塩相当量 3.0g
				
ミックスフライ エネルギー 356kcal たんぱく質 13.7g 脂質 22.5g 炭水化物 25.1g 食塩相当量 1.6g	鯖と彩野菜御煮 エネルギー 179kcal たんぱく質 15.4g 脂質 7.4g 炭水化物 10.6g 食塩相当量 4.1g	サバの竜田揚げ エネルギー 233kcal たんぱく質 14.7g 脂質 8.4g 炭水化物 17.0g 食塩相当量 2.6g	味噌幽庵 エネルギー 205kcal たんぱく質 14.2g 脂質 7.0g 炭水化物 14.5g 食塩相当量 3.1g	鯖のカレー風味 エネルギー 198kcal たんぱく質 9.4g 脂質 12.1g 炭水化物 8.1g 食塩相当量 4.9g
5月26日 月	5月27日 火	5月28日 水	5月29日 木	5月30日 金
				
ロースカツ エネルギー 439kcal たんぱく質 18.2g 脂質 20.3g 炭水化物 35.9g 食塩相当量 2.8g	ポークチャップ エネルギー 507kcal たんぱく質 25.8g 脂質 28.4g 炭水化物 19.5g 食塩相当量 4.8g	ロールキャベツ エネルギー 309kcal たんぱく質 17.8g 脂質 10.4g 炭水化物 35.1g 食塩相当量 2.3g	鶏もも肉と厚揚げ エネルギー 499kcal たんぱく質 35.7g 脂質 28.9g 炭水化物 18.1g 食塩相当量 2.1g	肉団子 エネルギー 283kcal たんぱく質 12.4g 脂質 9.4g 炭水化物 38.0g 食塩相当量 2.3g
				
あじたたき丼 エネルギー 515kcal たんぱく質 19.4g 脂質 3.3g 炭水化物 97.4g 食塩相当量 1.1g	鮭のグラタン エネルギー 451kcal たんぱく質 34.8g 脂質 20.1g 炭水化物 26.8g 食塩相当量 0.4g	鯖の生姜焼き エネルギー 253kcal たんぱく質 19.9g 脂質 8.8g 炭水化物 14.7g 食塩相当量 4.7g	エビチリ エネルギー 375kcal たんぱく質 38.2g 脂質 10.8g 炭水化物 24.0g 食塩相当量 1.8g	サーモンと野菜のマヨカレー焼き エネルギー 182kcal たんぱく質 11.8g 脂質 12.9g 炭水化物 1.8g 食塩相当量 2.5g

※メニュー内容・栄養成分表示は仕入れ状況により変更する場合がございます。