

月	火	水	木	金	土	
	1日 ★副料理長考案ワッパ★ ライス 赤魚の揚げ 風味揚げ 長ねぎのロースト 春野菜の昆布じめ トマトコンソメスープ フルーツ盛り合わせ	2日 ★人気の御献立★ きつねうどん 青梗菜のごま和え 蓮根のピリ辛炒め煮 ふじりんごゼリー				
	マロン風味ワッフル	バウムクーヘン ウエハース				
	エネルギー：808kcal タンパク質：30.7g	エネルギー：699kcal タンパク質：24.1g				
7日 ★人気の味付け★ かやくご飯 鮭の塩麹漬焼き 温野菜の柚子味噌か キャベツの甘酢和え かき玉汁 黒ごまプリン	8日 ★ほっと和食★ ご飯 鰯の利休揚げ 五色和え さつま揚げとごぼう煮 旬野菜たっぷりみそ汁 果物盛り合わせ	9日 ★初夏の彩りランチ★ ライス チキンと彩野菜ソテー マセドアンサラダ ラタトゥイユ ジュリエンスープ はちみつレモンゼリー	10日 ★茄子の誘惑…★ ご飯 旨！なべしぎ もやしの彩りナムル きんぴらごぼう すまし汁 白桃シロップ煮	11日 ★豪華！天麩羅★ ご飯 天ぷら盛合わせ 湯豆腐 小松菜のごま和え すまし汁 果物	12日 ★こっくり和定食★ 十五穀米 豚肉のみそくわ焼き ひじきの煮物 のっぺい汁 果物	
チョコクレープ	あんぱん	苺のシュークリーム	抹茶あんのどら焼き	パソ・オ・ショワ	抹茶ワッフル	
エネルギー：786kcal タンパク質：35.2g	エネルギー：786kcal タンパク質：33.9g	エネルギー：868kcal タンパク質：24.2g	エネルギー：844kcal タンパク質：20.3g	エネルギー：782kcal タンパク質：28.4g	エネルギー：862kcal タンパク質：35.7g	
14日 ★わくわくランチ★ ライス ローストビーフの和風サラダ 旬野菜のそぼろあん 小松菜のスープ フルーツ盛り合わせ	15日 ★春の温泉弁当★ 筍ごはん すまし汁 山菜胡麻マヨ きゃらぶき 白身魚の炙り 炙焼き 山うど辛子酢味噌 豚肩ロースのロースト ～よもぎソース～	16日 ★ボンジョルノ～★ ライス チキンカツ ラタトゥイユ コンソメスープ 爽やか♪ぶどう杏仁	17日 ★黒酢のkok!★ ライス 鶏唐揚げ黒酢南蛮漬 きゅうりの塩昆布和え 春雨とにら玉スープ フルーツミックス	18日 ★春の温泉弁当★ 筍ごはん すまし汁 山菜胡麻マヨ きゃらぶき 白身魚の炙り 炙焼き 山うど辛子酢味噌 豚肩ロースのロースト ～よもぎソース～	19日 ★彩り華やか♪★ ご飯 肉団子の野菜あん 10品目サラダ さつま汁 果物	
黒糖きなこクレープ	甘夏ゼリー	クリームパン	ショートケーキ	甘夏ゼリー	レモンのカスタード ｸﾞﾙｰ	
エネルギー：823kcal タンパク質：34.5g	エネルギー：730kcal タンパク質：27.9g	エネルギー：821kcal タンパク質：24.6g	エネルギー：893kcal タンパク質：28g	エネルギー：730kcal タンパク質：27.9g	エネルギー：765kcal タンパク質：22.5g	
21日 ★料理長一押し!★ ご飯 油淋魚(1-111) 鶏笹身の中華風サラダ 切干大根の煮物 中華スープ マンゴー	22日 ★旬の味わい★ 天ざる茶そば 竹輪と胡瓜の梅味和え 筍土佐煮 果物盛り合わせ	23日 ★ロシアランチ★ 3種のパン ポルシチ 温野菜のサラダ 果物盛り合わせ	24日 ★旬を味わう★ 桜えびと枝豆のご飯 赤魚のオイル焼き ほうれん草おなか和え 高野豆腐炊き合わせ すまし汁 フルーツ杏仁	25日 ★和食満喫献立★ 菜めし ぶりの照り焼き 貝だくさん豚汁 きのごあんかけ豆腐 春雨サラダ 食後の果物	26日 ★るん♪るん♪★ 五目ちらし寿司 小松菜のごまみそ和え 小鉢 de 筑前煮 すまし汁 甘夏ゼリー	
きなこのパンケーキ	クリームワッフル	チョコクレープ	かぼちゃ蒸しパン	クリームパン	チョコドームケーキ	
エネルギー：728kcal タンパク質：30.4g	エネルギー：701kcal タンパク質：32g	エネルギー：885kcal タンパク質：22.7g	エネルギー：813kcal タンパク質：39.8g	エネルギー：892kcal タンパク質：39.8g	エネルギー：660kcal タンパク質：28.1g	
28日 ★季節到来!!!★ 冷やし中華 野菜の炊き合わせ なすと茗荷生姜正油 中華スープ 果物	29日 ★韓流定食★ 貝たくさん!ピビンパ チョレギサラダ ジュリエンスープ キャロットゼリー	30日 ★イタリアの風★ ライス イタリアンハンバーグ 胡桃入りパスタ ｷｷﾗﾀ ほうれん草のソテー コンソメスープ フルーツヨーグルト	31日 ★ガッツリメニューの日★ ご飯 ワッ!手作りとんかつ ひじきの煮物 冷奴 みそ汁 果物			
ドーナツ(カスタード)	ミルククレープ	レーズン蒸しパン	いちごのロールケーキ			
エネルギー：704kcal タンパク質：31.2g	エネルギー：715kcal タンパク質：25.8g	エネルギー：907kcal タンパク質：31.1g	エネルギー：807kcal タンパク質：33.8g			