

しまた川苑通所献立表（令和7年5月前半）



5 (月)	オムライス	サラダ フルーチェ(メロン) コーンスープ	615 kcal
6 (火)	たけのこ御飯 & トンカツ	茹で野菜(春キャベツ) 煮しめ プリン 五月汁	647 kcal
7 (水)	煮魚(赤魚)	煮付(ごぼう・いんげん) キャベツの煮びたし いちごヨーグルト 味噌汁	541 kcal
8 (木)	焼肉風炒め物	金時豆の甘煮 ぶどうゼリー かき卵汁	545 kcal
9 (金)	鮭の南部焼き	ビーフンソテー じゃが芋のそぼろ煮 水ようかん 味噌汁	640 kcal

12 (月)	ポーク チャップ	野菜のソテー 煮付(かぼちゃ) いちごヨーグルト かき卵汁	574 kcal
13 (火)	サワラの 山椒風味焼き	白煮(長芋) 白菜の煮浸し 水ようかん 味噌汁	597 kcal
14 (水)	やわらか ミートローフ	茹で野菜(キャベツ) 煮しめ きららヨーグルト 味噌汁	626 kcal
15 (木)	タラの おろし煮	キャベツの煮浸し プリン 味噌汁	546 kcal

1 (木)	タラのカレー ムニエル	和え物(ブロッコリー) 肉じゃが 水ようかん 味噌汁	580 kcal
2 (金)	豚肉の もろみ焼き	白煮(長芋) 煮しめ 青りんごゼリー かき卵汁	524 kcal



※材料の関係等で献立を変更する事があります。ご了承下さい。
 ※毎食御飯が付きます。カロリーには御飯(1食150g)が含まれています。