

# 5がつのきゅうしよく

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
 <p>ママ! いつもありがとう</p>	<p>今月の平均</p> <p>エネルギー・486kcal タンパク質・12.5g</p>	<p><b>1</b> てりやきハンバーグ パスタナポリタン ポテトフライ・ゼリー コーンさつまあげ</p> 	<p><b>2</b> ブレッドランチ (タマゴサンド・ドーナツ) いかリング・やさしいため かまぼこ・フルーツ</p> 	<p><b>3</b> けんぼうきねんび</p> 
	エネルギー   タンパク質	483   14	470   10.6	
<p><b>6</b> こどものひ ふりかえきゅうじつ</p> 	<p><b>7</b> ポークカレー とんかつ マカロニサラダ やさしいゼリー</p> 	<p><b>8</b> チキンからあげ にくじゃが・フルーツ エビシューマイ ほうれんそうソテー</p> 	<p><b>9</b> ブレッドランチ (ツナサンド・チョコパン) マカロニミート・ゼリー にくだんご・オムレツ</p> 	<p><b>10</b> ポークいため (にんじんかまぼこ) チキンナゲット・ナムル プチメイプルケーキ</p> 
	533   15.1	484   11.2	454   11.4	505   11.2
<p><b>13</b> シチューハンバーグ エビフライ マンゴーゼリー ひじきに</p> 	<p><b>14</b> ★コロッケ (やさしいふりかけ) きりぼし・はるさめソテー あんにんフルーツ</p> 	<p><b>15</b> ソースやきそば ふりかけおにぎり にくだんご・チーズ あげギョーザ</p> 	<p><b>16</b> ブレッドランチ (ウィンナーサンド・フレンチトースト) メンチカツ・フルーツ コーンソテー・シューマイ</p> 	<p><b>17</b> わかめごはん からあげ・コーンさつま ちくぜんに・ゼリー カリフラワーサラダ</p> 
499   12.3	480   14.6	482   10.6	465   15.5	477   11.8
<p><b>20</b> イカハンバーグ (タルタルソース) チャンポンめん・ウィンナー はんぺんフライ・チーズ</p> 	<p><b>21</b> さけわかめごはん わふうパスタ・ゼリー はるまき・ポテトフライ おこのみやきふう</p> 	<p><b>22</b> フランクフルト ジャーマンポテト カニクリームフライ かまぼこ・チョコシュークリーム</p> 	<p><b>23</b> ブレッドランチ (ポテサラサンド・ワッフル) クリームシチュー(にくだんご) ゼリー・ホタテフライ</p> 	<p><b>24</b> チーズオムレツ かにかまぼこてんぷら あおないため たこやき・フルーツ</p> 
458   13.7	470   12.9	501   12	488   13.8	482   12.2
<p><b>27</b> トマトハンバーグ マカロニナポリタン やさしいコロッケ たまごサラダ・ゼリー</p> 	<p><b>28</b> アメリカンドック てりやきチキン ポテトコンソメに わかめサラダ・フルーツ</p> 	<p><b>29</b> いなり・おにぎり やさしいため プチメイプルケーキ ハムカツ・チーズ</p> 	<p><b>30</b> ブレッドランチ (ツナサンド・イチゴドーナツ) キャベツいため・やさしいゼリー ポテトフライ・ハムソテー</p> 	<p><b>31</b> ポークカツ (のりつくだに) がんもに・フルーツ やきそば</p> 
509   10.9	511   13.7	477   13.4	470   10.6	499   11.8

仕入れの都合により写真とメニューが異なる場合があります

マルナカフーズ