








献立表



現場：浮間舟渡園
献立種類：常食

日 17	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22	土 23
わかめ御飯 キャベツと鶏肉の炒め煮 胡瓜としらすの和風サラダ 黄桃缶 牛乳 	梅かつお粥 さつま揚げと野菜の煮物 卵豆腐 みかん缶 牛乳 	御飯 ほうれん草の煮浸し 納豆 味噌汁(なす) 味噌汁(さつまいも) フルーツカクテル缶 白桃缶	御飯 蓮根そぼろ煮 菜花の和え物 味噌汁(さつまいも) フルーツカクテル缶 焼きうどん シーフードサラダ 黄桃缶 牛乳 	御飯 かぶの蟹あんかけ 白菜の浅漬け 洋梨缶 牛乳 桜えびごはん 鮭と茄子の梅びたし アスパラガスの胡麻和え 沢煮椀 パイナップル 	御飯 はんぺんと野菜の煮物 味付めかぶ りんご缶 牛乳 食パン チキンピカタ ポテトサラダ オニオンスープ みかん缶 	御飯 がんもと野菜の煮物 きのことポン酢 すまし汁(春菊) パイン缶 中華風おこわ 花野菜の中華炒め ほうれん草のミモザサラダ 白桃缶 
御飯 かじきのポン照り焼き じゃがいものカレーソテー アスパラのマリネ 茄子の漬け物 チョコレートババロア	御飯 豚肉生姜焼き風炒め 洋野菜とホタテの煮物 オクラサラダ ゆずみそ ビスコ	御飯 豆腐とえびのチリソース 里芋のピリ辛味噌煮 いんげんの中華和え さけふりかけ フルーチェぶどう	御飯 千草焼き 青菜と桜えびのソテー トマトサラダ 黒豆煮 オレンジケーキ 	御飯 鶏肉柚子醤油焼き ぜんまい煮 大根しらす和え しば漬け キャラメルプリン	御飯 揚げ豆腐のカニあんかけ 小松菜とツナの煮物 なすとトマトの和風サラダ 鯛みそ ハッピーターン	御飯 太刀魚の塩焼き キャベツとじゃこの炒め煮 桜でんぶ 牛乳 蒸しまんじゅう(豆乳)
1519kcal 蛋白質 54.5g 脂質 43.2g 炭水化物 218g 食塩 5.8g	1543kcal 蛋白質 52g 脂質 39.8g 炭水化物 229.6g 食塩 6.4g	1523kcal 蛋白質 56.6g 脂質 42.9g 炭水化物 223.6g 食塩 6.4g	1504kcal 蛋白質 54.4g 脂質 43.6g 炭水化物 208.6g 食塩 5.8g	1529kcal 蛋白質 56.2g 脂質 38.1g 炭水化物 226.5g 食塩 6.7g	1516kcal 蛋白質 53.7g 脂質 41.8g 炭水化物 221.6g 食塩 5.8g	1535kcal 蛋白質 51.9g 脂質 46g 炭水化物 216.6g 食塩 6.2g

5月21日 小満

小満とは、草木が茂って天地に満ち始めることを指します。このころから梅雨入りとなる事が多いようです。
秋にまいた麦などの穂がつく頃で、一安心して少し満足することから小満とつけられたとされています。

