


ミライブプロジェクト新瑞橋 令和5年5月 献立表(前半)

月	火	水	木	金	土
					定食
					選択食
1	2	3	4	5	6
ご飯 麻婆茄子 海老チリソース煮 中華スープ 481kcal	ご飯 鮭の塩焼き 筑前煮 味噌汁 404kcal	ご飯 黒ムツ煮付 白菜のお浸し 味噌汁 475kcal	ご飯 ピーマンの肉詰め 切り干し大根の煮物 味噌汁 443kcal	ご飯 天ぷら盛り合わせ キャベツの酢の物 味噌汁 596kcal	ご飯 牛うま煮 春雨サラダ黒酢入り 味噌汁 601kcal
ざるそば＋一品	カレーライス	親子丼	ナポリタンスパゲッティ	きのこうどん(温)	たぬきうどん(冷)
8	9	10	11	12	13
五目御飯 豆腐ローフ 南瓜の含め煮 味噌汁 478kcal	ご飯 ビーフハンバーグ(オニオン) 緑野菜のペペロンチーノ 味噌汁 642kcal	ご飯 鶏の照り焼き 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 491kcal	フライ定食 (惣菜、味噌汁) 500kcal	ご飯 ミートローフ トマトチキンビーンズ オニオンコンソメスープ 521kcal	ご飯 あじフライ 白菜の煮浸し 味噌汁 516kcal
焼うどん	きのこうどん(温)	焼きそば	きつね蕎麦(温)	ざるそば＋一品	味噌だれチキン丼

ミライプロジェクト新瑞橋 令和5年5月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
15	16	17	18	19	20
ご飯 鶏肉の香味ソース オクラと湯葉のおかか和え 味噌汁 414kcal	ご飯 麻婆豆腐 彩野菜と昆布の和え物 味噌汁 589kcal	ご飯 さんまのみぞれ煮 キャベツの酢の物 味噌汁 435kcal	ご飯 サバ塩焼き 牛肉ごぼう 味噌汁 544kcal	お魚色々定食 (惣菜、味噌汁) 450kcal	ご飯 赤魚の幽庵焼 鶏肉のすき煮 味噌汁 427kcal
ざるうどん＋一品	牛焼肉丼	ナポリタンスパゲティ	揚げ玉豆腐丼	鶏の照り焼き丼	焼きそば
22	23	24	25	26	27
ご飯 鯖の塩焼き 冬瓜のそぼろあんかけ 味噌汁 417kcal	ちらし寿司 レンコンはさみ揚げ ひじき煮 味噌汁 540kcal	ご飯 牛焼肉 菜の花からし和え 味噌汁 402kcal	ご飯 カニクリームコロッケ 花野菜の洋風煮 オニオンコンソメスープ 529kcal	ご飯 鯖の味噌煮 炒り豆腐 味噌汁 542kcal	ご飯 鶏のから揚げ お楽しみ惣菜 味噌汁 550kcal
中華丼	おろしそば(冷)	ぶっかけうどん(冷)	麻婆茄子丼	ナポリタンスパゲティ	ざるそば＋一品
29	30	31	 <p>*メニューは変更となる場合があります。 *選択メニューには副菜等も含まれます。</p> 		
ご飯 赤魚の煮付け ブロッコリーのお浸し 味噌汁 463kcal	ご飯 サバ照り焼き 白和え 味噌汁 464kcal	ご飯 カレイの煮付け いんげんときくらげのナムル 味噌汁 440kcal			
ミートスパゲティ	ハヤシライス	チキン南蛮丼			