

ミライプロジェクト新瑞橋

令和7年5月

献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			ご飯 豚肉のあんかけ 花野菜洋風煮 味噌汁 459kcal	ご飯 白身魚の野菜あんかけ ひじきの煮物 味噌汁 400kcal	ご飯 ピーマンの肉詰め 厚揚げの彩炒め 味噌汁 477kcal
			ごまだレピリ辛うどん	きのこそば(温)	麻婆豆腐丼
5	6	7	8	9	10
ご飯 トマトオムレツ&唐揚げ 豆のヘルシーサラダ オニオンコンソメスープ 575kcal	ご飯 牛焼肉 白和え 味噌汁 436kcal	ご飯 八宝菜 黒酢春雨サラダ 味噌汁 450kcal	雑穀米入りご飯 カレイの西京焼き 炒り豆腐 味噌汁 406kcal	ご飯 ミニチキンカツ 緑野菜のペペロンチーノ 味噌汁 473kcal	ちらし寿司 信田煮 ふきと筍の塩きんぴら 味噌汁 518kcal
ぶっかけうどん(冷)	きつねうどん(温)	親子丼	和風トマトそうめん	焼きうどん	鶏そば(温)
12	13	14	15	16	17
五目御飯 お魚色々定食 (惣菜、味噌汁) 450kcal	ご飯 鶏肉の湯葉あんかけ 白菜の煮浸し 味噌汁 410kcal	雑穀米入りご飯 ネギ塩豚ロース 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 486kcal	ご飯 ささみフライ 五目きんぴら 味噌汁 544kcal	ご飯 プリの生姜煮 木の実和え 味噌汁 543kcal	ご飯 鶏肉のおろしソース かぼちゃのクリーム煮 味噌汁 422kcal
豚しょうが焼き丼	焼きそば	ざるそば +一品	和風スバゲッティ	ロコモコ丼	あんかけうどん(温)

ミライプロジェクト新瑞橋 令和7年5月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
19	20	21	22	23	24
ご飯 タラの塩麴焼き 鶏のすき煮 味噌汁 400kcal	白飯 お魚色々定食 (惣菜、味噌汁) 450kcal	ご飯 麻婆茄子 エビチリソース 中華スープ 462kcal	ご飯 赤魚の西京焼き 白菜の煮浸し 味噌汁 400kcal	ご飯 豚ロースマリネ 切り干し大根の煮物 味噌汁 433kcal	雑穀米入りご飯 イワシの梅煮 エビ団子と大根の煮物 味噌汁 429kcal
カレーうどん(温)	牛肉ごぼう丼	ナポリタンスパゲティ	豚角煮チャーハン	焼きそば	チキン照り焼き丼
26	27	28	29	30	31
ご飯 チキン南蛮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 496kcal	ご飯 あじの西京焼き 冬瓜そぼろあんかけ 味噌汁 402kcal	ご飯 鶏の照り焼き ごぼうサラダ 味噌汁 545kcal	ご飯 ミートローフ 花野菜の洋風煮 オニオンコンソメスープ 477kcal	ご飯 カレイとナスのおろし煮 キャベツの酢の物 味噌汁 411kcal	ご飯 黒むつの煮付け 切り干し大根の煮物 味噌汁 470kcal
ごまダレピリ辛うどん	麻婆豆腐丼	カレーライス	中華あんかけうどん	鶏釜揚げうどん	親子丼



* 選択メニューには副菜等も含まれます。

* メニューは変更となる場合があります。