5月 献立表

夕食・翌昼食セット
夕食・翌昼食セット ごはんセット
まいにち七菜 **まいにち五菜**

「まいにち七菜」に翌日の昼食向けのお弁当「まいにち五菜」をセットにした2食分・合計12菜のおいしさと栄養バランスに配慮した献立です。
※夕食 まいにち七菜 の献立は、七菜のページをご覧ください。
※日付は献立の【お届け日】です。
※「夕食・翌昼食セット ごはんセット」は**ごはんが2つ**付きます。

ごはんセット おすすめ！
国産の白ごはんや混ぜごはんなどが付いた、ごはんセットもご用意しています！

★日本全国食巡り中部3県特集①★
中部3県（静岡県、山梨県、長野県）の食材やご当地メニューなども！
中部特集マーク、アンダーラインでご確認ください。

4月28日（月）
近畿特集 三重
夕食 まいにち七菜
主菜 アジの南蛮漬け（はさめず醤油使用）
翌昼食 まいにち五菜
主菜 鶏肉とそら豆の炒め物
- 高野豆腐の含め煮★あごだし★
- アスパラとじゃが芋のチーズソテー
- 切干大根の炒り煮
- 漬物

空豆 旬 あごだし
ごはんセット ごはんセット 白飯

29日（火・祝）
夕食 まいにち七菜
主菜 ハンバーグハヤシソース ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 ミートオムレツ&海老フライ
- いわしつみれの炊き合わせ
- 蓮根きんぴら
- カレー風味野菜炒め
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 白飯
和かメニュー 昭和の日

30日（水）
夕食 まいにち七菜
主菜 さばの南部焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 鶏肉のガーリックペッパー焼き
- 菜の花のシーフードクリームシチュー
- ツナと大豆のトマト煮
- キャベツとセロリのソテー
- ピクルス

ごはんセット ごはんセット 白飯
洋食メニュー

5月1日（木）
夕食 まいにち七菜
主菜 豚肉のお茶しゃぶ ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 牛肉の甘辛煮
- いんげんときのこの炒め物
- 卯の花
- 蓮根とウインナーのソテー
- 漬物

八十八夜
ごはんセット ごはんセット 茶飯
令和始まりの日

2日（金）
夕食 まいにち七菜
主菜 肉団子のにんにく味噌炒め ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 豚肉のキムチ炒め
- 大根の肉味噌がけ
- ごぼうのしぐれ煮
- セロリの塩炒め
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 白飯

3日（土・祝）
夕食 まいにち七菜
主菜 鶏肉のバジルチーズ焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 照り焼きハンバーグ
- 茄子の薬味がけ
- アスパラとコーンのソテー
- じゃが芋のたらこ炒め
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 十五穀ごはん
憲法記念日

4日（日・祝）
夕食 まいにち七菜
主菜 海老カツ ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 豚肉と筍の青じそ炒め
- ごった煮
- 菜の花の塩炒め
- 白菜の煮びたし
- 漬物

筍 旬
ごはんセット ごはんセット 白飯
みどりの日

5日（月・祝）
夕食 まいにち七菜
主菜 チキン南蛮 ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 牛肉とごぼうの煮物
- 若竹煮
- キャベツとそら豆の炒め物
- 海老と蓮根の塩炒め
- 漬物

端午の節句
ごはんセット ごはんセット 麦ごはん

6日（火・振休）
夕食 まいにち七菜
主菜 豚肉といんげんの炒め物 ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 野辺山クリーミーコロッケ
- 冬瓜とあさりの煮物
- ぜんまいの炒め煮
- ほうれん草の葱炒め
- 漬物

中部特集 長野
ごはんセット ごはんセット 白飯

7日（水）
夕食 まいにち七菜
主菜 鶏肉の梅しそ焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 鮭の味噌マヨネーズ焼き
- 豆腐の包み揚げ
- きのこのバター醤油炒め
- 山菜炒り煮
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 五目ごはん

8日（木）
夕食 まいにち七菜
主菜 豚肉とゴーヤーのチャンプルー ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 さばのレモンペッパー焼き
- ラタトゥイユ
- ミートボールホワイトソース
- いんげんのソテー
- ピクルス

洋食メニュー
ごはんセット ごはんセット 白飯

9日（金）
中部特集 静岡
夕食 まいにち七菜
主菜 ハンバーグトリイソース ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 鶏肉とブロッコリーのアーモンド炒め
- 筍と切り昆布の煮物
- 茄子の揚げだし
- にんにくの芽の炒め物
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 白飯

10日（土）
夕食 まいにち七菜
主菜 さばの煮付け ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 いわしの竜田揚げ
- かぼちゃの黒糖煮
- 里芋の炒め物
- アスパラの彩り炒め
- 漬物

かぼちゃ アスパラガス 旬
黒糖の日
ごはんセット ごはんセット 白飯

11日（日）
夕食 まいにち七菜
主菜 鶏肉のオイスターソース炒め ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 牛肉といんげんの塩炒め
- ふんわりしんじょの花束煮
- きんぴらごぼう
- いんげんの黒ごま炒め
- 漬物

母の日
ごはんセット ごはんセット 白飯

12日（月）
夕食 まいにち七菜
主菜 メバルの甲州味噌焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 海老マヨネーズ
- チンゲン菜のソテー
- 茄子とピーマンの揚げびたし
- 大根とさつま揚げの煮物
- 漬物

中部特集 山梨
ごはんセット ごはんセット 白飯

13日（火）
夕食 まいにち七菜
主菜 豚肉の生姜炒め ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 さわらの西京焼き
- 五目巾着の煮物
- 切り昆布の炒り煮
- 大根の明太子炒め
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 十五穀ごはん

14日（水）
夕食 まいにち七菜
主菜 照り焼きつくね ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 豚肉の中華あんかけ
- アスパラの塩炒め
- チンゲン菜の旨煮
- 海老風味焼売
- ザーサイ漬け

中華メニュー アスパラガス 旬
ごはんセット ごはんセット 白飯

15日（木）
夕食 まいにち七菜
主菜 鶏肉とじゃが芋の煮物 ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 牛肉の柚子胡椒炒め
- がんもの含め煮
- 山菜の煮物
- 五目炒め
- 漬物

じゃが芋 旬
ごはんセット ごはんセット 白飯

16日（金）
夕食 まいにち七菜
主菜 いわし竜田の山椒だれ ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 メバルの五目あんかけ
- じゃが芋の煮物
- かぼちゃの鶏そぼろ煮
- キャベツの葱塩炒め
- 漬物

かぼちゃ じゃが芋 旬
ごはんセット ごはんセット 鶏ごぼうごはん

17日（土）
夕食 まいにち七菜
主菜 豚肉の塩麹炒め ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 鶏肉の照り焼き
- 大根とさつま揚げの煮物
- チンゲン菜の塩炒め
- カリフラワーのカレー炒め
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 白飯

18日（日）
夕食 まいにち七菜
主菜 アジの五目あんかけ ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 豚肉の甘辛炒め
- 海老と豆腐のふんわりしんじょ
- ズッキーニのコンソメ煮
- キャベツの青海苔チーズ炒め
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 白飯

19日（月）
夕食 まいにち七菜
主菜 鶏肉のハニーマスタードソース ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 牛肉じゃが
- ブロッコリーのアーモンド炒め
- 白身魚と豆腐のふんわり揚げ
- 小松菜の煮びたし
- 漬物

じゃが芋 旬
ごはんセット ごはんセット 白飯

20日（火）
夕食 まいにち七菜
主菜 さばの柚子胡椒焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 真鱈のバジル焼き
- 豆とウインナーのコンソメ煮
- 茄子のボロネーゼ
- あさりのワイン蒸し
- ピクルス

洋食メニュー
ごはんセット ごはんセット 白飯

21日（水）
夕食 まいにち七菜
主菜 鶏肉の味噌漬け焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 ますの幽庵焼き
- じゃが芋のそぼろ煮
- ズッキーニとアスパラの炒め物
- 大根の梅きんぴら
- 漬物

じゃが芋 アスパラガス 旬
ごはんセット ごはんセット 菜めし

22日（木）
夕食 まいにち七菜
主菜 豚肉とアスパラのオイスターソース炒め ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 照り焼きハンバーグ
- ごぼうの塩麹炒め
- 小松菜のにんにくソテー
- かぼちゃの煮物
- 漬物

アスパラガス かぼちゃ 旬
ごはんセット ごはんセット 白飯

23日（金）
夕食 まいにち七菜
主菜 太刀魚の幽庵焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 鮭のトマトソース
- 海老と豆腐のふんわりしんじょ
- いんげんの炒め物
- 五目大豆煮
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 白飯

24日（土）
中部特集 静岡
夕食 まいにち七菜
主菜 酢鶏（延命酢使用） ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 助宗鱈の野菜あんかけ
- あさりとかぶの煮物
- 茄子の木の芽味噌がけ
- 蓮根のそぼろ炒め
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 麦ごはん

25日（日）
夕食 まいにち七菜
主菜 豚肉と葱の炒め物 ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 チーズチキンカツ
- さつま芋のレモン煮
- 大根のコンソメ煮
- アスパラとしめじのソテー
- ピクルス

アスパラガス 旬 洋食メニュー
ごはんセット ごはんセット 白飯

26日（月）
夕食 まいにち七菜
主菜 ますの中華香味ソース
翌昼食 まいにち五菜
主菜 豚肉の柚子胡椒味噌炒め
- いんげんのシーフード炒め
- 切干大根煮
- じゃが芋のたらこ和え
- 漬物

じゃが芋 旬
ごはんセット ごはんセット 白飯

27日（火）
夕食 まいにち七菜
主菜 アジの塩レモン焼き ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 青椒牛肉絲（チンジャオニューロース）
- うらら修善寺ぎょうざ
- チンゲン菜の中華びたし
- にら玉野菜炒め
- ザーサイ漬け

中部特集 静岡 中華メニュー
ごはんセット ごはんセット 白飯

28日（水）
夕食 まいにち七菜
主菜 ハムカツ ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 カレイの煮付け
- 里芋のそぼろあんかけ
- 茄子とピーマンの味噌炒め
- アスパラのソテー
- 漬物

アスパラガス 旬
ごはんセット ごはんセット 白飯

29日（木）
夕食 まいにち七菜
主菜 豆腐ハンバーグ ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 豚肉とルッコラのスタミナ炒め
- 炒り豆腐
- そら豆の旨煮
- しろ菜のにんにく炒め
- 漬物

野菜企画
ごはんセット ごはんセット 十五穀ごはん

30日（金）
夕食 まいにち七菜
主菜 さばの揚げおろし煮 ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 鶏肉のマスタード焼き
- カリフラワーとツナのコンソメ煮
- さつま芋のアーモンドミルク煮
- 小松菜ときのこのソテー
- ピクルス

じゃが芋 旬 洋食メニュー アーモンドミルクの日
ごはんセット ごはんセット 白飯

31日（土）
夕食 まいにち七菜
主菜 旨辛豚キムチ ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 海老フライ
- きのこのそぼろ炒め
- ビーフンソテー
- じゃが芋ごま煮
- 漬物

ごはんセット ごはんセット 白飯

6月1日（日）
夕食 まいにち七菜
主菜 タンドリーチキン ほか
翌昼食 まいにち五菜
主菜 さばの塩焼き
- キャベツのミルク煮（オブセ牛乳使用）
- 卯の花
- 人参のまさご炒め
- 漬物

中部特集 長野
牛乳の日
ごはんセット ごはんセット 海老ピラフ

今月の記念日献立

5月10日（土）
黒糖の日
まいにち五菜 こだわり八菜
かぼちゃの黒糖煮

※イラストはイメージです。

5月11日（日）
母の日
まいにち五菜 こだわり八菜
ふんわりしんじょの花束煮
苺のロールケーキ ほか
（こだわり八菜のみ）

※イラストはイメージです。

5月30日（金）
アーモンドミルクの日
まいにち五菜 こだわり八菜
さつま芋のアーモンドミルク煮

※イラストはイメージです。

LINE
お得な情報、おすすめ献立配信中！
友だち登録された方限定で
お弁当代金より
100円引きクーポンプレゼント！
※お一人様1回限り
※初回登録時にクーポンが発行されます。
※このキャンペーンは予告なく終了する場合がございます。
※100円引きクーポンには有効期限があります。
詳しくはクーポン画面をご確認ください。
「ベネッセのおうちごはん」で検索
ID:@ouchigohan

▼カロリー・塩分等の栄養価やアレルギーの詳細はWebの献立表でご確認ください。
https://www.benesse-palette.co.jp
ベネッセのおうちごはん 検索

※献立は都合により変更になる場合がございます。

【参考文献】旬「そらまめ」「筍」「かぼちゃ」「きゅうり」「じゃが芋」「アスパラガス」 もっとからだにおいしい野菜の便利帳 高橋書店

5月 まいにち五菜【おかずのみ】栄養価表

まいにち五菜　　【おかずのみ】

		エネルギー (kcal)	タンパク (g　)	脂質 (g　)	炭水化 (g　)	食塩相 (g　)
5/ 1	木	307	13.8	22.5	15.8	2.1
5/ 2	金	237	13.0	14.8	11.9	1.9
5/ 3	土	183	6.9	9.9	16.5	1.7
5/ 4	日	253	14.6	16.9	9.5	1.6
5/ 5	月	285	14.7	19.7	14.5	2.1
5/ 6	火	358	8.5	23.8	26.0	1.7
5/ 7	水	268	13.1	19.1	10.5	1.8
5/ 8	木	378	12.8	29.0	15.3	1.7
5/ 9	金	249	12.8	17.3	10.7	1.3
5/ 10	土	315	10.0	19.1	25.3	2.0
5/ 11	日	318	13.8	23.9	14.7	2.3
5/ 12	月	312	6.7	23.2	18.8	1.7
5/ 13	火	246	15.2	15.0	12.7	1.9
5/ 14	水	267	9.9	16.1	20.4	1.7
5/ 15	木	301	14.8	22.7	11.9	2.5
5/ 16	金	185	10.8	5.7	21.3	1.8
5/ 17	土	211	9.7	13.6	11.7	1.8
5/ 18	日	258	13.6	17.7	10.2	1.7
5/ 19	月	370	15.4	27.1	19.1	2.4
5/ 20	火	216	13.6	13.1	10.5	1.8
5/ 21	水	209	11.7	10.7	15.4	1.7
5/ 22	木	228	10.2	12.9	18.7	1.5
5/ 23	金	212	15.2	11.8	11.2	2.3
5/ 24	土	152	12.3	4.4	15.0	1.9
5/ 25	日	301	9.2	14.4	33.3	0.8
5/ 26	月	299	15.4	18.7	15.4	1.7
5/ 27	火	253	13.5	16.1	12.6	1.7
5/ 28	水	204	12.9	10.6	13.1	1.7
5/ 29	木	285	15.8	17.6	13.7	2.1
5/ 30	金	277	10.5	17.6	19.5	1.4
5/ 31	土	232	8.1	13.2	21.4	1.4
合計		8169	378.5	518.2	496.6	55.7
平均		264	12.2	16.7	16.0	1.8

5月 まいにち五菜【ごはんセット】栄養価表

まいにち五菜 **【ごはんセット】**

		エネルギー (kcal)	タンパク (g　)	脂質 (g　)	炭水化 (g　)	食塩相 (g　)
5/ 1	木	538	17.7	23.3	69.7	3.0
5/ 2	金	477	17.1	15.7	63.4	1.9
5/ 3	土	437	11.3	11.1	74.6	1.7
5/ 4	日	493	18.7	17.8	61.0	1.6
5/ 5	月	510	18.3	20.5	67.6	2.1
5/ 6	火	598	12.6	24.7	77.5	1.7
5/ 7	水	504	17.5	21.1	62.1	2.6
5/ 8	木	618	16.9	29.9	66.8	1.7
5/ 9	金	489	16.9	18.2	62.2	1.4
5/ 10	土	555	14.1	20.0	76.8	2.0
5/ 11	日	558	17.9	24.8	66.2	2.4
5/ 12	月	552	10.8	24.1	70.3	1.7
5/ 13	火	500	19.6	16.2	70.8	1.9
5/ 14	水	507	14.0	17.0	71.9	1.7
5/ 15	木	541	18.9	23.6	63.4	2.5
5/ 16	金	419	14.6	6.3	76.7	2.0
5/ 17	土	451	13.8	14.5	63.2	1.8
5/ 18	日	498	17.7	18.6	61.7	1.7
5/ 19	月	610	19.5	28.0	70.6	2.5
5/ 20	火	456	17.7	14.0	62.0	1.8
5/ 21	水	449	15.8	11.6	71.5	4.8
5/ 22	木	468	14.3	13.8	70.2	1.5
5/ 23	金	452	19.3	12.7	62.7	2.4
5/ 24	土	377	15.9	5.2	68.1	1.9
5/ 25	日	541	13.3	15.3	84.8	0.9
5/ 26	月	539	19.5	19.6	66.9	1.7
5/ 27	火	493	17.6	17.0	64.1	1.7
5/ 28	水	444	17.0	11.5	64.6	1.7
5/ 29	木	540	20.1	18.8	72.3	2.1
5/ 30	金	517	14.6	18.5	71.0	1.4
5/ 31	土	472	12.2	14.1	72.9	1.4
合計		15603	505.2	547.5	2127.6	61.2
平均		503	16.3	17.7	68.6	2.0

■5月　まいにち五菜（おかずのみ）

製品名	アレルゲン表示要
２５・０５・０１まいにち五菜（ランチ）	小麦・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・０２まいにち五菜（ランチ）	えび・小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・魚醤（魚介類）
２５・０５・０３まいにち五菜（ランチ）	小麦・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉
２５・０５・０４まいにち五菜（ランチ）	小麦・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉
２５・０５・０５まいにち五菜（ランチ）	えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・０６まいにち五菜（ランチ）	えび・かに・小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・０７まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・さけ・さば・大豆・豚肉
２５・０５・０８まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
２５・０５・０９まいにち五菜（ランチ）	小麦・アーモンド・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・１０まいにち五菜（ランチ）	かに・小麦・卵・乳成分・大豆・豚肉
２５・０５・１１まいにち五菜（ランチ）	小麦・牛肉・ごま・さば・大豆・ゼラチン
２５・０５・１２まいにち五菜（ランチ）	えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
２５・０５・１３まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・さば・大豆
２５・０５・１４まいにち五菜（ランチ）	えび・かに・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・１５まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・牛肉・ごま・さば・大豆
２５・０５・１６まいにち五菜（ランチ）	小麦・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・１７まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・１８まいにち五菜（ランチ）	えび・小麦・卵・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも
２５・０５・１９まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・アーモンド・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・２０まいにち五菜（ランチ）	小麦・乳成分・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン
２５・０５・２１まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉
２５・０５・２２まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉
２５・０５・２３まいにち五菜（ランチ）	えび・小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも・ゼラチン
２５・０５・２４まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・さば・大豆・鶏肉・ゼラチン
２５・０５・２５まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
２５・０５・２６まいにち五菜（ランチ）	えび・小麦・いか・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・２７まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン・魚醤（魚介類）
２５・０５・２８まいにち五菜（ランチ）	小麦・乳成分・さば・大豆・鶏肉
２５・０５・２９まいにち五菜（ランチ）	かに・小麦・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・３０まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・アーモンド・大豆・鶏肉・豚肉・りんご
２５・０５・３１まいにち五菜（ランチ）	えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０６・０１まいにち五菜（ランチ）	小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉

■5月　まいにち五菜（ごはんセット）

※白飯の日のアレルゲンは
まいにち五菜(おかずのみ)ページをご参照ください。

製品名	アレルゲン表示要
２５・０５・０１まいにち五菜（ランチ）ごはん	小麦・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・０３まいにち五菜（ランチ）ごはん	小麦・そば・乳成分・牛肉・ごま・大豆・鶏肉
２５・０５・０５まいにち五菜（ランチ）ごはん	えび・小麦・卵・乳成分・牛肉・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・０７まいにち五菜（ランチ）ごはん	小麦・卵・乳成分・さけ・さば・大豆・豚肉
２５・０５・１３まいにち五菜（ランチ）ごはん	小麦・そば・卵・乳成分・ごま・さば・大豆
２５・０５・１６まいにち五菜（ランチ）ごはん	小麦・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０５・２１まいにち五菜（ランチ）ごはん	小麦・卵・乳成分・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉
２５・０５・２４まいにち五菜（ランチ）ごはん	小麦・卵・さば・大豆・鶏肉・ゼラチン
２５・０５・２９まいにち五菜（ランチ）ごはん	かに・小麦・そば・卵・ごま・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン
２５・０６・０１まいにち五菜（ランチ）ごはん	えび・小麦・卵・乳成分・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉