R4年　5月度　献立表

	日	月	火	水	木	金	土
朝食	1 パン　コーヒー牛乳 ポテトミンチ巻き	2 キャベツの雑炊　牛乳 法蓮草オムレツ	3 パン　牛乳 南瓜と枝豆のサラダ	4 海老そぼろ雑炊　牛乳 洋風出し巻き	5 パン　牛乳 大根と鶏肉の豆乳スープ	6 椎茸雑炊　牛乳 大豆とこんにゃくの煮物	7 パン　牛乳 ブロッコリーのポトフ
昼食	ごはん　油淋鶏 スパゲティーサラダ フルーツ　中華スープ	ごはん　白身魚フライ 白才と鶏肉の塩だしトロミ炒め ヨーグルト　コンソメスープ	ごはん　赤魚の煮つけ 千草焼の銀あんかけ フルーツ　味噌汁	ごはん　和風ハンバーグ カリフラワーのバンバンサラダ コーヒーゼリー　コンソメスープ	オムライス エビフライ　ミネラルゼリー クリームコーンスープ	おにぎり お好み焼き フルーツ　味噌汁	ごはん　銀ひらすの香草焼き 隠元とおからのサラダ フルーツ　味噌汁
間食	クリームコンフェ 麦茶	抹茶わらび餅 緑茶	ミニたい焼き 昆布茶	プチシュークリーム ジュース	みるく饅頭 麦茶	おにぎりせんべい 緑茶	ショコラブッセ 麦茶
夕食	豆ごはん　カレイの鳴門煮 高野豆腐のサイコロ煮 ミネラルｾﾞﾘｰ　味噌汁	ごはん　豚肉ともやしの炒め物 三色稲荷の煮物 フルーツ　味噌汁	ごはん　牛肉のピリ辛炒め オクラのトロロ和え フルーツ　味噌汁	ごはん　鯖の西京焼き 冷やし冬瓜 フルーツ　味噌汁	ごはん　鶏肉の照り焼き 隠元とカマボコの和え物 フルーツ　コンソメスープ	ごはん　白身魚のパン粉焼き 大根とハムのサラダ フルーチェ　味噌汁	ごはん　鶏肉のオニオン煮 小松菜となめこの和え物 はちみつゼリー　味噌汁
朝食	8 パン　コーヒー牛乳 チキンナゲット	9 たまご雑炊　牛乳 大豆ミートハンバーグ	10 パン　牛乳 青梗菜のスープ	11 ちりめんの雑炊　牛乳 ホッケ塩焼き	12 パン　牛乳 出し巻き	13 白ナの雑炊　牛乳 黒豆がんもの煮物	14 パン　牛乳 オムレツの茸ｿｰｽかけ
昼食	赤飯　刺身盛り合わせ 牛蒡と平天の味噌煮 フルーツ　茶碗蒸し	ごはん　牛肉ともやしの炒め物 キャベツの和風サラダ ヨーグルト　味噌汁	炊き込みご飯　きつねそば カリフラワーのサラダ みつ豆	カレーライス 漬物　豆腐サラダ はちみつゼリー	ごはん　ホキのグリル ひじきと蓮根の黒ごまサラダ フルーチェ　コーンポタージュ	親子丼 ごぼうと油揚げの炒め煮 フルーツ　味噌汁	おにぎり　あんかけ入麺 豚肉と里芋の煮込み レアチーズ風ムース
間食	母の日饅頭 緑茶	ととやき（いちごクリーム） 紅茶	やわらか餅のよもぎソースかけ 昆布茶	ココアシフォンケーキ コーヒー	黒糖饅頭 緑茶	手作りたこ焼き 麦茶	ミニ洋甘ロール＆塩せんべい 緑茶
夕食	ごはん　八宝菜 ツナじゃが フルーツ　中華スープ	さつま芋ご飯　鰆の若狭焼き 卯の花 フルーツ　味噌汁	ごはん　鶏肉のねぎ焼き 絹揚げとふきの煮物 フルーツ　豚汁	ごはん　コロッケ もやしとピーマンの炒め物 フルーツ　味噌汁	ごはん　回鍋肉 ブロッコリーのサラダ フルーツ　中華スープ	ごはん　赤魚の焼き浸し カリフラワーのバンバンサラダ ミネラルゼリー　味噌汁	ごはん　白身魚のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ さつま芋サラダ フルーツ　味噌汁
朝食	15 パン　コーヒー牛乳 クラムチャウダー	16 かに雑炊　牛乳 磯巻き	17 パン　牛乳 ｷｬﾍﾞﾂとﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ	18 玄米粥　牛乳　海苔佃煮 三色稲荷の煮物	19 パン　牛乳 アスパラのスープ	20 たまご雑炊　牛乳 絹揚げの煮物	21 パン　牛乳 白ナとベーコンのソテー
昼食	ごはん　鰯の山椒煮 大根と竹輪の炒め煮 フルーツ　味噌汁	ごはん　天ぷら盛り合わせ 隠元とコーンのサラダ 苺みるく寒天　清汁	ごはん　和風とんかつ ひじきと平天の炒り煮 豆乳ココア　味噌汁	ごはん　カレイの魚田煮 切干大根と豚肉の煮物 フルーツ　清汁	ごはん　鶏チリ かにシューマイ 杏仁豆腐　春雨スープ	散らし寿司 ブロッコリーとコーンのお浸し フルーツ　清汁	ごはん　白身魚のソテー 牛蒡と豚肉の炒り煮 フルーツ　味噌汁
間食	ミニたい焼き 昆布茶	満月ぽん＆ふがし グリンティー	オレンジシフォンケーキ コーヒー	ワッフル 麦茶	バウムクーヘン 緑茶	よもぎ饅頭 麦茶	きな粉マフィン ジュース
夕食	ごはん　牛肉の野菜炒め もずく酢 ヨーグルト　味噌汁	ごはん　鮭の照り焼き 高野豆腐のそぼろ煮 フルーツ　味噌汁	木の葉丼 大豆煮 フルーツ　味噌汁	ごはん　牛肉のピリ辛炒め 南瓜のサラダ ミネラルゼリー　味噌汁	ごはん　白身魚フライ 白才とちりめんの煮浸し フルーツ　味噌汁	ごはん　肉じゃが 奴豆腐 はちみつゼリー　味噌汁	ごはん　クリームチキン キャベツのマリネ フルーチェ　コンソメスープ
朝食	22 パン　コーヒー牛乳 白才とスープ	23 鶏雑炊　牛乳 大豆とこんにゃくの煮物	24 パン　牛乳 ハムのチーズピカタ	25 白才の雑炊　牛乳 海老そぼろだし巻き	26 パン　牛乳 白ナのスープ	27 椎茸雑炊　牛乳 プレーンオムレツ	28 パン　牛乳 カリフラワーのソテー
昼食	はやしライス 漬物　もやしと竹輪のサラダ ヨーグルト	ゆかりご飯　ハンバーグ キャベツのりんごドレサラダ フルーツ　味噌汁	深川飯　鶏肉の塩麹蒸し 蓮根の金平 フルーツムース　味噌汁	ごはん　鰆の鳴門煮 はたけ菜と鶏肉の炒め物 フルーツ　味噌汁	稲荷寿司　天ぷらうどん 白菜と豚肉の煮物 みつ豆	ごはん　ホッケの塩焼き 里芋のそぼろ煮 フルーツ　味噌汁	カレーライス　漬物 キャベツとピーマンのサラダ 抹茶ゼリーとフルーツ
間食	抹茶しぐれ 緑茶	レモンカステラ 麦茶	おにぎりせんべい 緑茶	パンケーキ コーヒー	ほうじ茶プリン 緑茶	スイートポテト 麦茶	薄皮饅頭 緑茶
夕食	ごはん　豚肉の生姜炒め 烏賊袱紗焼きの銀あんかけ フルーツ　味噌汁	ごはん　鯖の味噌煮 卯の花 フルーツ　かきたま汁	ごはん　ホキの甘酢あん ひじきの炒め煮 フルーツ　味噌汁	ごはん　ポークチャップ 大根とコーンのレモンサラダ ミネラルゼリー　中華スープ	ごはん　鮭の南部焼き ポテトサラダ フルーツ　味噌汁	ごはん　鶏肉のマスタード焼き ブロッコリーのおから和え フルーチェ　コンソメスープ	ゆかりご飯　おでん（4種） きゅうりのごま酢和え 金時豆　フルーツ
朝食	29 パン　コーヒー牛乳 アスパラとベーコンのスープ	30 たまご雑炊　牛乳 鶏肉のグリル	31 パン　牛乳 ほうれん草の和風サラダ				
昼食	ごはん　白身魚のパン粉焼き 隠元と白才の和え物 ごま豆腐　味噌汁	ネギトロ丼 大豆とこんにゃくの煮物 はちみつゼリー　味噌汁	ごはん　A海老フライ　Bとんかつ スパゲティーサラダ フルーツ　味噌汁				
間食	黒棒＆うす塩せんべい 昆布茶	原宿ドッグ ジュース	バームロール＆ふがし 麦茶				
夕食	ごはん　肉団子の甘酢あん 青梗菜とかまぼこの炒め煮 ヨーグルト　味噌汁	ごはん　豚肉のプルコギ カニシューマイ フルーツ　味噌汁	ごはん　鯖の南蛮漬け もやしと鶏肉の炒め物 ゼリー　味噌汁				