

# 5月 月間献立表

	月曜日 4/28	火曜日 4/29	水曜日 4/30	木曜日 5/1	金曜日 5/2	土曜日 5/3	日曜日 5/4
朝食				イエローロール 肉団子のクリーム煮 パインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(小松菜,しめじ) お麩の卵とじ 大根とツナの和え物	食パン ミートオムレツ みかん缶 牛乳	イエローロール ポテトサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食				赤飯 鶏肉と冬瓜の照り煮 もやしのピリ辛炒め 胡瓜の浅漬け すまし汁(麩,豆腐) マスカットゼリー	ご飯 鯉の塩焼き 蓮根の煮物 おからのポン酢和え 味噌汁(里芋,丸天) カスタードプリン	ご飯 天ぷら ほうれん草のピーナツ和え すまし汁(素麺,蒲鉾) りんごゼリー 卵豆腐(手作り)	ご飯 赤魚の醤油焼焼き 茄子の炒め物 スナップエンドウの和え物 味噌汁(南瓜,玉ねぎ) 苺みるくプリン
夕食				ご飯 鯉のハタケ醤油焼き じゃがいものゆず胡椒炒め ズッキーニの和え物 かき玉汁	ご飯 豚肉のすき焼き風 チンゲン菜の炒め物 味噌汁(ごぼう,キャベツ) ピーチムース	ご飯 鱈の煮付け さつま芋のレモン煮 ブロッコリーの和え物 味噌汁(大根,しめじ)	ご飯 肉団子と野菜の中華煮 かにシウマイ チンゲン菜のなめたけ和え 卵スープ
	5/5	5/6	5/7	5/8	5/9	5/10	5/11
朝食	ご飯 味噌汁(キャベツ,えのき) 大豆とひじきの煮物 カリフラワーの和え物	食パン スクランブルエッグ パインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋,チンゲン菜) 厚焼き卵 スナップエンドウのポン酢和え	イエローロール ペイクドエッグポテト 和梨のデザート 牛乳	ご飯 味噌汁(じゃが芋,大根菜) 金平ごぼう チンゲン菜の塩昆布和え	食パン 肉団子のクリーム煮 みかん缶 牛乳	イエローロール マカロニサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食	*こどもの日ランチ* オムライス シーザーサラダ コンソメスープ(ウインナー,ほうれん草) カルピスゼリー ナポリタンソテー	ご飯 鯉のみりん焼き 温奴 小松菜の青じそ和え すまし汁(おくら,人参) コーヒゼリー	ご飯 鶏の唐揚げ ひじきの煮物 ブロッコリーのごまドレ和え 味噌汁(ほうれん草,えのき) ブルーベリーヨーグルト	ご飯 メバルの幽庵焼 南瓜の煮物 大根の酢の物 味噌汁(はんぺん,椎茸) ぶどうゼリー	ご飯 煮込みハンバーグ キッシュ 白菜のサラダ コンソメスープ(コン,ス,クニ) 抹茶プリン	ご飯 鯉の漬け焼き 冬瓜の翡翠煮 春雨のマヨザラダ 味噌汁(おくら,丸天) ゴールドキウイ	*母の日御膳* 海鮮散らし寿司 ごぼうと豚肉の旨煮 すまし汁(麩,とろろ) いちごゼリー 菜の花のお浸し
夕食	ご飯 白身魚の二色揚げ 冬瓜の挽肉あんかけ トマトのドレッシング和え 味噌汁(さつま芋,ちくわ)	ご飯 豚肉じゃが ごぼうの甘辛炒め いんげんの和え物 味噌汁(南瓜,蒲鉾)	赤かぶ青菜ご飯(小) きつねうどん おくらのおかか和え パニラバハロア	ご飯 豆腐のきのこあんかけ 菜の花の炒めもの まぐろのお造り 味噌汁(玉ねぎ,丸天)	ご飯 サーモンフライ 蓮根と厚揚げの煮物 胡瓜の浅漬け すまし汁(素麺,しめじ)	木の葉丼 茄子のおろし煮 カリフラワーの和え物 味噌汁(もやし,人参)	ご飯 鯉の味噌煮 キャベツの炒め物 スナップエンドウの梅和え すまし汁(白菜,大根)
	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16	5/17	5/18
朝食	ご飯 味噌汁(チンゲン菜,もやし) 大豆とひじきの煮物 ブロッコリーの和え物	食パン たまごサラダ 桃のデザート 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋,大根菜) ちくわとピーマンの金平 もやしの中華和え	イエローロール 肉団子のクリーム煮 パインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(小松菜,しめじ) お麩の卵とじ おからの青じそ和え	食パン ミートオムレツ みかん缶 牛乳	イエローロール ポテトサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食	ご飯 赤魚の煮付け じゃが芋のそぼろあんかけ ほうれん草の和え物 すまし汁(はんぺん,三つ葉) チョコバハロア	ご飯 豚肉と厚揚げの中華炒め 野菜シウマイ おからのなめたけ和え 中華スープ(もやし,絹さや) マンゴープリン	ご飯 鯉の香草ハン粉焼き ブロッコリーのサラダ コンソメスープ(じゃが芋,玉ねぎ) カスタードプリン きのこソテー	ご飯 豚肉の生姜炒め 茄子のおろし煮 スナップエンドウのポン酢和え 味噌汁(椎茸,油揚げ) 抹茶ゼリー	ご飯 鯉の塩焼焼き ニラと玉子の炒め物 キャベツのおかか和え 味噌汁(素麺,しめじ)	ご飯 菜飯(小) 鯉の塩焼焼き 大根の和え物 フルーツゼリー ひじきの煮物	ご飯 鶏肉の粗挽きマスタード焼き マカロニソテー 菜の花のサラダ オニオンスープ ココアプリン
夕食	ご飯 ネギ入り卵焼き 茄子とピーマンの炒め物 白菜のサラダ 味噌汁(里芋,大根菜)	ご飯 メバルのおろしソースかけ 蓮根の甘辛煮 きゅうりのピリ辛あえ 味噌汁(冬瓜,玉ねぎ)	ご飯 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 チンゲン菜の和え物 かき玉汁	赤飯 鯉の塩焼焼き ニラと玉子の炒め物 かつおたたき 味噌汁(素麺,しめじ)	ご飯 ミートコロケ ほうれん草のソテー カリフラワーのマヨ和え コンソメスープ(冬瓜,コン)	ご飯 豆腐の野菜あんかけ ごぼうの甘辛炒め サーモンのお造り すまし汁(えのき,わかめ)	ご飯 豚肉の野菜炒め 茶碗蒸し いんげんのピーナツ和え アセロラゼリー
	5/19	5/20	5/21	5/22	5/23	5/24	5/25
朝食	ご飯 味噌汁(キャベツ,えのき) 厚焼き卵 ごぼうサラダ	いちごジャムパン スクランブルエッグ パインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋,丸天) 切干大根の煮付け もやしのごま醤油和え	イエローロール 南瓜のクリーム煮 りんごのデザート 牛乳	ご飯 味噌汁(じゃが芋,大根菜) 金平ごぼう もずく酢	食パン スバゲティサラダ みかん缶 牛乳	イエローロール マカロニサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食	ご飯 ハンバーグ きのこあん 温奴 胡瓜の和え物 味噌汁(もやし,ほうれん草) グレープゼリー	ご飯 鯉の醤油焼焼き 南瓜の煮物 スナップエンドウのごまマヨ和え すまし汁(ごぼう,蒲鉾) いちごバハロア	ご飯 ボークカレー ブロッコリーのサラダ ピーチムース ホタテコロケ	ご飯 鯉の南蛮漬け 大根の中華和え 中華スープ(わかめ,にら) グレープゼリー かにシウマイ	ご飯 焼肉風 冬瓜の薄くず煮 いんげん草のおろし醤油和え 味噌汁(豆腐,丸天) ぶどうムース	ご飯 メバルの西京焼き 炒り玉子のあんかけ ほうれん草のおろし醤油和え すまし汁(蒲鉾,素麺) 抹茶水ようかん	ゆかりご飯(小) お好み焼き 大根の和え物 味噌汁(玉ねぎ,ごぼう) メンチムース ピーマン炒め
夕食	ご飯 鯉の利休焼き じゃが芋の煮物 おからの和え物 味噌汁(白菜,はんぺん)	ご飯 鶏肉のはちみつ焼き ひじきの炒り煮 菜の花のお浸し 味噌汁(さつま芋,冬瓜)	赤飯 赤魚の煮付け 野菜の卵とじ 玉葱サラダ 味噌汁(えのき,人参)	豆ご飯 五目厚焼き卵 はんぺんの煮物 かたおのたき すまし汁(とろろ,麩)	ご飯 鯉の唐揚げ 茄子の味噌炒め スナップエンドウの和え物 かき玉汁	ご飯 鶏肉の梅マヨ焼き 蓮根の煮物 ブロッコリーの塩昆布和え 味噌汁(里芋,玉ねぎ)	ご飯 鯉の塩焼き 厚揚げの煮物 いんげんの和え物 味噌汁(じゃが芋,えのき)
	5/26	5/27	5/28	5/29	5/30	5/31	
朝食	ご飯 味噌汁(チンゲン菜,もやし) お麩の卵とじ カリフラワーとハムのサラダ	ツナサラダパン 肉団子のクリーム煮 和梨のデザート 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋,大根菜) ちくわとピーマンの金平 いんげんのごま和え	イエローロール たまごサラダ パインムース 牛乳	ご飯 味噌汁(小松菜,しめじ) 大豆とひじきの煮物 白菜の浅漬け	食パン ミートオムレツ みかん缶 牛乳	
昼食	ご飯 鯉のフリッター 野菜のケチャップ煮 菜の花のサラダ コンソメスープ(冬瓜,人参) 練乳小豆プリン	ご飯 豚肉の柳川風 蓮根の煮物 白菜の胡麻和え 味噌汁(えのき,わかめ) 抹茶バハロア	鯉の柚子香り煮 茄子の山椒炒め 南瓜サラダ 味噌汁(キャベツ,人参) ようかん	ご飯 バーベキューチキン ごぼうの甘辛煮 胡瓜の甘酢ザラダ 味噌汁(もやし,さつま芋) ストロベリーヨーグルト	ご飯 散らし寿司 ブロッコリーの炒め物 味噌汁(玉ねぎ,ほうれん草) りんごゼリー 大根の梅和え	ご飯 鶏肉の電田焼き 冬瓜の煮物 キャベツのピリ辛和え 味噌汁(じゃが芋,えのき) オレンジゼリー	
夕食	ご飯 鶏肉のごまだれ蒸し さつま芋の煮物 キャベツのドレッシング和え 味噌汁(おくら,しめじ)	ご飯 お造り盛り合わせ 大根の炒め物 ブロッコリーの和え物 味噌汁(麩,蒲鉾)	小松菜としめじの煮びたし 味噌汁(もやし,椎茸) マスカットゼリー	ご飯 揚げ出し豆腐の中華あんかけ かにシウマイ おからの中華和え 春雨スープ	ご飯 豚肉の塩がし炒め 茄子のおろし煮 菜の花の辛子和え 味噌汁(里芋,大根菜)	白身魚のトマト煮 ミニメンチカツ 胡瓜のサラダ コンソメスープ(南瓜,きのこ)	