

5月 月間献立表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				5/1	5/2	5/3	5/4
朝食				食パン 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) お麴の卵とじ のり佃煮	食パン ミートオムレツ みかん缶 牛乳	食パン 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(麴,豆腐)	ご飯 鯉の塩焼き 蓮根の煮物 おくらのおんころ和え 味噌汁(里芋,丸天)	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	ご飯 赤魚の醤油焼 茄子の炒め物 スタップエンドウの和え物 味噌汁(南瓜,玉ねぎ)
夕食				ご飯 鯉のバター醤油焼き 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 鯉の煮付け 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 梅びしお	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 たいみそ	食パン ペイクドエッグポテト カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(じゃが芋,大根菜) 金平ごぼう のり佃煮	食パン 肉団子のクリーム煮 みかん缶 牛乳	食パン マカロニサラダ マンゴー缶 牛乳
昼食	*端午の節句* 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	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)	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)	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)	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,ズッキーニ)	ご飯 鯉の漬け焼き 冬瓜の翡翠煮 春雨のマヨサラダ 味噌汁(おくら,丸天)	*母の日* えびとかかにの散らし寿司 ごぼうと豚肉の旨煮 すまし汁(麴,とろろ) いちごゼリー
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 パニラパバロア	ご飯 豆腐のきのこあんかけ 菜の花の炒めもの もやしの和え物 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 スタ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 梅びしお	食パン たまごサラダ カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋,大根菜) ちくわとピーマンの金平 たいみそ	食パン 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) お麴の卵とじ のり佃煮	食パン ミートオムレツ みかん缶 牛乳	食パン 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)	ご飯 豚肉と厚揚げの中華炒め 野菜シウマイ おくらのおめたけ和え 中華スープ(もやし,絹さや)	ご飯 鯉の香辛パン粉焼き 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	ご飯 豚肉の生姜炒め 茄子のおろし煮 スタップエンドウのポン酢和え 味噌汁(椎茸,油揚げ)	ご飯 菜飯(小) 五目うどん 大根の和え物 フルーツゼリー	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	ご飯 アジフライ 茄子の炒め物 海藻サラダ 味噌汁(しめじ,人参)
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がけ 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 白身魚の塩焼 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 メンチカツ 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,コーン)	ご飯 豆腐の野菜あんかけ ごぼうの甘辛炒め 白菜の浅漬け 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 梅びしお	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,丸天) 切干大根の煮付け たいみそ	食パン 南瓜のクリーム煮 カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(じゃが芋,大根菜) 金平ごぼう のり佃煮	食パン スパゲティサラダ みかん缶 牛乳	食パン 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)	ご飯 鯉の醤油焼 南瓜の煮物 スタップエンドウのごまマヨ和え すまし汁(ごぼう,蒲鉾)	ボークカレー ブロッコリーのサラダ ピーチムース	ご飯 鯉の南蛮漬 大根の中華和え 中華スープ(わかめ,にら) グレープゼリー	ご飯 焼肉風 冬瓜の薄くず煮 いんげんのおろし醤油和え 味噌汁(豆腐,丸天)	ご飯 メバルの西京焼き 炒り玉子のあんかけ ほうれん草のお浸し すまし汁(蒲鉾,素麺)	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) メロンムース
夕食	ご飯 鯉の利休焼き じゃが芋の煮物 おくらのお浸し 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)	ご飯 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 小松菜とあげのお浸し すまし汁(とろろ,麴)	ご飯 鯉の唐揚げ 茄子の味噌炒め スタ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) お麴の卵とじ 梅びしお	食パン 肉団子のクリーム煮 カクテル缶 牛乳	ご飯 味噌汁(里芋,大根菜) ちくわとピーマンの金平 たいみそ	食パン 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 のり佃煮	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)	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)	ご飯 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)	ご飯 バーベキューチキン ごぼうの甘辛煮 胡瓜の甘酢サラダ 味噌汁(もやし,さつま芋)	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	ご飯 鶏肉の竜田焼き 冬瓜の煮物 キャベツのピリ辛あえ 味噌汁(じゃが芋,えのき)	
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 赤魚の蒲焼風 大根の炒め物 ブロッコリーの和え物 味噌汁(麴,蒲鉾)	三色そぼろ丼 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 おくらのお浸し 春雨スープ	ご飯 豚肉の塩ダレ炒め 茄子のおろし煮 菜の花の辛子煮 味噌汁(里芋,大根菜)	ご飯 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)	