

5月



献立表

				1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	4日 (日)
朝				ごはん ミートボール煮 南瓜サラダ みそ汁	ごはん ひじき煮 オクラの梅和え みそ汁	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁	コッペパン(蜂蜜) カリフラワー クリーム煮 スライスチーズ
昼				ごはん 鶏唐揚げ ブロッコリーサラダ 塩昆布炒め 漬物	ごはん 豚キムチ炒め 豆腐サラダ 揚げ餃子 漬物	焼き豚炒飯 肉団子の甘酢あん スタッフ・エンドウの中華サラダ フルーツ 漬物	ごはん 鯖の梅焼き 五目煮豆 オクラのなめ茸和え 漬物
おやつ				牛乳・薩摩芋蒸し	コーヒー・スティックケーキ	牛乳・マフィン	牛乳・チョコワッフル
夕				ごはん 柿の味噌バター焼 いも炒め 大根サラダ コンソメスープ	ごはん 千草焼 薩摩芋天ぷら オクラ和え みそ汁	ごはん 鶏の治部煮 オクラ炒め 青梗菜のおかか和え みそ汁	ごはん 豚肉の塩麹焼 薩摩芋の甘煮 白菜の柚子和え みそ汁
	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)	11日 (日)
朝	ごはん 目玉焼き 山葵和え みそ汁	ごはん 里芋と平天煮 インゲンの酢味噌和え すまし汁	食パン(マーガリン) トマト煮 かきサラダ ウインナー バナナ	ごはん ミートボール炒め 青梗菜の和え物 みそ汁	ごはん 煮付 納豆 みそ汁	ごはん ひじきと牛蒡の炒め 香味和え ウインナー みそ汁	コッペパン(蜂蜜) アスパラソテー クリーム煮 スライスチーズ
昼	エビフライカレー ひじきサラダ フルーツヨーグルト	ごはん ハンバーグ マカロニサラダ 人参しりしり 漬物	ちらし寿司 鶏のピリ辛炒め 小松菜のお浸し みそ汁	ごはん 魚の佃煮焼 南瓜ソテー コールスロー 漬物	ごはん 鶏の照焼 ポテリタン ポテトサラダ 漬物	ごはん 松風焼 青梗菜の中華和え カリフラワーの塩昆布炒め 漬物	ごはん トンカツ ブロッコリーのガーリック炒め 薩摩芋のキムチ和え 漬物
おやつ	牛乳・パウンドケーキ	牛乳・カスタードケーキ	牛乳・蒸しパン	オレンジゼリー	牛乳・スティックパイ	コーヒー・ココアロール	牛乳・リンゴデニッシュ
夕	ごはん 鯖の味噌煮 青菜の高野の煮浸し 牛蒡の甘辛炒め すまし汁	菜飯ごはん 醤油ラーメン 春巻き 青梗菜のネギ塩ナムル	ごはん 変わり柳川風煮 大根とインゲン炒め ほうれん草の白和え すまし汁	ごはん すき焼き風煮 蓮根の磯部揚げ もやしの甘酢和え すまし汁	ごはん 鰯の南蛮漬 春雨の炒め物 菜の花のお浸し みそ汁	ごはん 蒸し豚 大根の炒り煮 小松菜のおかか和え みそ汁	ごはん 親子煮 筍の甘辛炒め オクラとトコロ昆布和え すまし汁
	12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)	17日 (土)	18日 (日)
朝	ごはん ミートボール煮 インゲンのゴマ和え みそ汁	ごはん 枝豆と竹輪の卵とじ ほうれん草の和え物 みそ汁	食パン(マーレド) コンソメ煮 スタッフ・エンドウのツナサラダ ウインナー バナナ	ごはん 厚焼き卵 白菜のゴマ和え ウインナー みそ汁	ごはん 蓮根の甘辛煮 煮奴 みそ汁	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁	コッペパン(リンゴ) チキンナゲット クリーム煮 スライスチーズ
昼	中華丼 焼売 フルーツ寒天 わかめスープ	ごはん 鯖の竜田揚げ 白菜の煮浸し 厚揚げのゴマ醤油炒め 漬物	ごはん ヤニヨムチン 拌三絲 じゃが芋のバター醤油炒め 漬物	ごはん 鰻のムニエル オクラ草のおかか炒め 大根と人参のレモンサラダ 漬物	紫ごはん 焼きそば 小松菜のなめ茸和え フルーツヨーグルト	ごはん 鰯のパン粉焼 薩摩芋の甘辛煮 スタッフ・エンドウのサラダ 漬物	ごはん カレーの唐揚げ 高野の卵とじ オクラのポン酢サラダ 漬物
おやつ	牛乳・鯛焼きクリーム	コーヒー・チョコパイ	牛乳・シュガーツイスト	牛乳・ココアのマーチ	アセロラゼリー	牛乳・ひねくれ棒	牛乳・ 薩摩芋デニッシュ
夕	ごはん お好み焼 蓮根金平 ツナサラダ みそ汁	ごはん 回鍋肉 揚げ餃子 ポン酢和え すまし汁	ごはん メバルの生姜煮 チャンプル 柚子サラダ すまし汁	ハヤシライス お好みフライ ブロッコリーサラダ	ごはん 筑前煮 牛蒡と枝豆かき揚げ 青梗菜と菜種和え みそ汁	ごはん ニラ玉あんかけ 焼ビーフン オクラの味噌和え 中華スープ	ごはん 豚肉の焼肉風 がんもの煮合せ 牛蒡サラダ みそ汁



	19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)	25日 (日)
朝	ごはん インゲンの甘辛炒め 小松菜の煮浸し みそ汁	ごはん 大根金平 キャベツの柚子和え ウインナー みそ汁	食パン(苺) 目玉焼き ミルクスープ バナナ	ごはん 蓮根と竹輪のピリ辛炒め ゴマ和え みそ汁	ごはん はんぺんの卵とじ 香味和え みそ汁	ごはん 青梗菜煮 納豆 ウインナー みそ汁	コッペパン(蜂蜜) クリーム煮 スクランブルエッグ スライスチーズ
昼	ごはん 鶏肉のスタミナ焼 ジャーマンポテト イタリアンサラダ 漬物	ごはん 鯖の若狭焼 筍のおかか煮 菜種和え 漬物	ごはん ミックスフライ 小松菜の和え物 牛蒡とネギの塩炒め 漬物	菜飯ごはん 鶏塩ラーメン ブロッコリーのレモンサラダ フルーツ杏仁	ごはん 肉豆腐 春雨サラダ 南瓜天ぷら	ごはん 魚の野菜あんかけ 牛蒡とひじき煮 インゲンのおかか和え 漬物	ごはん 豚肉生姜焼 もやしの五目ゴマ和え じゃが芋煮 漬物
おやつ	牛乳・今川焼	牛乳・バウムクーヘン	牛乳・蜂蜜ケーキ		牛乳・蒸しパン	プリン	コーヒー・バウムクーヘン・ワッフル
夕	ごはん 魚のピカタ オyster炒め ホレン草サラダ コンソメスープ	ごはん 揚げ出し豆腐 里芋のそぼろ煮 辛子和え みそ汁	梅じゃごはん 鶏肉の柔らか煮 ビーマンの塩昆布炒め ツナサラダ みそ汁	ごはん 酢豚 中華炒め カキテルサラダ 中華スープ	ごはん メバルの梅香焼 レバー炒め 春菊おから和え みそ汁	ごはん ポークチャップ コールスロー 南瓜コロッケ コンソメスープ	ごはん 韓国風唐揚げ 焼売 小松菜の搾菜ナムル 中華スープ
	26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)	
朝	ごはん 竹輪と蒟蒻炒め キャベツのツナ和え みそ汁	ごはん 南瓜煮 オクラのなめ茸和え ウインナー みそ汁	食パン(マーマレード) ミートボールトースト煮 卵サラダ バナナ	ごはん 厚揚げとビーマンの 甘辛炒め 山葵和え みそ汁	ごはん 厚焼き卵 白菜のお浸し ウインナー みそ汁	ごはん カリフラワーのゴマソテー 納豆 みそ汁	
昼	かつ丼 里芋の味噌田楽 柚子和え すまし汁	ごはん 鯖のバター醤油焼 ブロッコリーのコンソメ炒め 大根サラダ 漬物	ごはん 青椒肉絲 焼ビーフン 中華風和え物 漬物	ごはん 鯖の梅香焼 南瓜そぼろ煮 オクラのおろし和え 漬物	香味ネギ炒飯 麻婆豆腐 ナムル フルーツ	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ じゃこビーマン 漬物	
おやつ	牛乳・黒豆パン	コーヒー・ かっぱえびせん	牛乳・カステラ	牛乳・チーズ蒸し	ぶどうゼリー	牛乳・スティックケーキ	
夕	ごはん 鯖の塩焼き 卵の花 青梗菜の磯和え みそ汁	ポークカレー 茹卵 蓮根サラダ フルーツヨーグルト	ごはん きつねうどん 薩摩芋天ぷら キャベツのおかかマヨ 和え	ごはん 鶏の南蛮漬 三色金平 ブロッコリーの生姜和え すまし汁	ごはん 鯖の味噌バター焼 じゃが芋チャップ炒め ほうれん草の煮浸し すまし汁	ごはん 変わり柳川風煮 インゲンとエビの炒め ツナサラダ すまし汁	

