

R8.5月間献立表

	5月1日(金)	5月2日(土)	5月3日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)
朝食	御飯130g 味噌汁-キャバツ いわしバーグ 煮豆(南) 牛乳	御飯130g 味噌汁-白菜 プリの照り揚げ ひきわり納豆 牛乳	御飯130g 味噌汁-豆腐 なすの鶏ミンチ煮 漬物-たくあん 牛乳	御飯130g 味噌汁-大根 オムレツ 漬物-しば漬け 牛乳	御飯130g 味噌汁-里芋 やわらか切り干し大根 佃煮-昆布 牛乳	御飯130g 味噌汁-豆腐 レバーのしぐれ煮 やさしい豆 牛乳	御飯130g 味噌汁-ほうれん草 いんげんのうま煮 いわし梅煮(晴) 牛乳
昼食	御飯130g から揚げ 酢の物-ハム 味噌汁-厚揚げ	御飯130g すきやき風 いかの酢味噌和え おすまし-トーフ	五穀米御飯 あんかけがんも 玉ねぎの卵とし 味噌汁-小松菜	おにぎり うどん かき揚げ-さつまいも 果物-みかん缶	御飯130g オムライスの具 いんげん-サラダ いちごムース	御飯130g 鯉の塩焼き 白和え 味噌汁-厚揚げ	御飯130g 回鍋肉-ホイコウロウ チョレキ風サラダ 中華スープ
夕食	麦ご飯130g えびと春野菜の炒め物 煮物-かぼちゃ おすまし-はんぺん	麦ご飯130g 鶏ももの塩?焼き 煮物-高野豆腐 味噌汁-ほうれん草	麦ご飯130g 豚カツ 大根漬 おすまし-そうめん	麦ご飯130g 鶏肉のマーメレード焼き いり豆腐 味噌汁-キャバツ	麦ご飯130g 鯉の焼き漬 きんげんの胡麻和え 豚汁	麦ご飯130g うま煮 酢の物-かにかま おすまし-おつゆ麩	麦ご飯130g 鶏肉のもろみ焼き ピーマンとじゃこの炒り煮 おすまし-ソーメン
	5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)
朝食	御飯130g 味噌汁-厚揚げ かぶのクリーム煮 鮎かつお煮 牛乳	御飯130g 味噌汁-小松菜 かぼちゃの鶏そぼろ煮 漬物-べったら漬 牛乳	御飯130g 味噌汁-キャバツ 豆腐とほうれん草の卵とし にしん甘藷煮 牛乳	御飯130g 味噌汁-白菜 おさかな豆腐 梅干し 牛乳	御飯130g 味噌汁-キャバツ 里芋と茄子の柚子味噌煮 漬物-きゅうり漬 牛乳	御飯130g 味噌汁-ほうれん草 厚焼き玉子 ふりかけ 牛乳	御飯130g 味噌汁-豆腐 いわしバーグ めんたいこ 牛乳
昼食	パン とりもものピカタ コンソメスープ パインムース	御飯130g 高菜チヤーハンの具 シューマイ わかめスープ 牛乳かん	御飯130g 鶏肉の梅味噌焼き うの花 春雨スープ	御飯130g ハンバーグ ひじきの炒り煮 味噌汁-厚揚げ	御飯130g 親子丼の具 なます-しらす干し 味噌汁-豆腐	御飯130g 豚肉の生姜焼き きめ煮 味噌汁-たまねぎ	御飯130g ポークカレー コールスローサラダ フルーツ金時
夕食	麦ご飯130g プリの照り焼き 茄子のみそ炒め おすまし-はんぺん	麦ご飯130g 牛肉と里芋の旨煮 酢の物-かまぼこ 味噌汁-豆腐	麦ご飯130g 煮魚-赤魚 酢の物-ハム 味噌汁-青梗菜	麦ご飯130g 煮しめ 辛しマヨネーズ和え おすまし-花麩	麦ご飯130g 鯉の味噌煮 きんげんごぼう おすまし-かまぼこ	麦ご飯130g えびマヨ2 酢味噌和え-加ワワ- 中華スープ	麦ご飯130g とりつくね 白菜とツナの煮物 味噌汁-小松菜
	5月15日(金)	5月16日(土)	5月17日(日)	5月18日(月)	5月19日(火)	5月20日(水)	5月21日(木)
朝食	御飯130g 味噌汁-じゃが芋 プリの照り揚げ 煮豆(南) 牛乳	御飯130g 味噌汁-キャバツ なすの鶏ミンチ煮 漬物-しば漬 牛乳	御飯130g 味噌汁-青梗菜 高野豆腐の炒り煮 いわし梅煮(晴) 牛乳	御飯130g 味噌汁-厚揚げ やわらかひじき煮 漬物-きゅうり漬 牛乳	御飯130g 味噌汁-小松菜 白菜とちくわの煮びたし にしん甘藷煮 牛乳	御飯130g 味噌汁-豆腐 かぼちゃの鶏そぼろ煮 ふりかけ 牛乳	御飯130g 味噌汁-白菜 彩り卵焼き(南) いわし梅煮(晴) 牛乳
昼食	おにぎり たぬきうどん 煮物-かぼちゃ ぶどうゼリー	御飯130g 鶏肉のねぎみそ焼き 酢の物-かまぼこ おすまし-巻き麩	御飯130g 赤魚のあんかけ キャバツのじゃこ炒め かき卵汁	御飯130g さわらの香り焼き 切り干し大根の煮物 おすまし-はんぺん	御飯130g コロッケ アスパラのソテー コンソメスープ	ちらし寿司 ミルフィーユカツ 白身魚のマヨ焼き 煮しめ/メロン カリフラワーの甘酢和え 煮豆/おすまし/ケーキ	御飯130g えびの炒め物 おろし和え 中華スープ
夕食	麦ご飯130g カレイの南蛮漬 胡麻和え-ほうれん草 味噌汁-大根	麦ご飯130g 鯉の塩焼き 鯖-がんもどき 団子汁	麦ご飯130g 肉じゃが マカロニサラダ 味噌汁-豆腐	麦ご飯130g 牛肉炒め 胡麻和え-ブロッコリー 味噌汁-大根	麦ご飯130g ローストチキン 酢の物-かにかま 味噌汁-ほうれん草	麦ご飯130g 鯉の塩焼き 大豆の五目煮 味噌汁-青梗菜	麦ご飯130g うき煮 酢の物-ハム 味噌汁-里芋
	5月22日(金)	5月23日(土)	5月24日(日)	5月25日(月)	5月26日(火)	5月27日(水)	5月28日(木)
朝食	御飯130g 味噌汁-厚揚げ レバーのしぐれ煮 梅干し 牛乳	御飯130g 味噌汁-えのき りらく)大根と昆布の煮物 鮎かつお煮 牛乳	御飯130g 味噌汁-ほうれん草 里芋と茄子の柚子味噌煮 漬物-たくあん 牛乳	御飯130g 味噌汁-豆腐 かぼちゃの鶏そぼろ煮 漬物-しば漬 牛乳	御飯130g 味噌汁-青梗菜 おさかな豆腐 めんたいこ 牛乳	御飯130g 味噌汁-里芋 オムレツ 漬物-きゅうり漬 牛乳	御飯130g 味噌汁-豆腐 いわしバーグ ひきわり納豆 牛乳
昼食	パン オープンオムレツ キャバツのスープ	御飯130g プリの照り焼き スパゲティサラダ 味噌汁-豆腐	御飯130g 白身魚フライ-カキ刺-スかけ ごま豆腐 味噌汁-キャバツ	御飯130g 豚肉の味噌炒め なます-しらす干し おすまし-そうめん	御飯130g 鮎の幽庵焼き 煮物-高野豆腐 味噌汁-大根	御飯130g チキンカレーの具 コールスローサラダ メロンムース	御飯130g 豚肉の塩こうじ焼き ピーマンとじゃこの炒り煮 中華スープ
夕食	麦ご飯130g 赤魚の磯部揚げ 白和え 味噌汁-小松菜	麦ご飯130g 鶏の味噌マヨ焼 煮物-里芋 おすまし-はんぺん	麦ご飯130g 豚大根の煮付け 酢の物-ちくわ おすまし-おつゆ麩	麦ご飯130g 煮しめ 胡麻和え-ほうれん草 味噌汁-玉葱	麦ご飯130g なすと鶏の揚げ煮 ツナサラダ かき玉スープ	麦ご飯130g 野菜炒め もずくの酢の物 味噌汁-厚揚げ	麦ご飯130g カレイの南蛮漬 酢味噌かけ おすまし-はんぺん
	5月29日(金)	5月30日(土)	5月31日(日)				
朝食	御飯130g 味噌汁-キャバツ やわらかきんぴら いわし梅煮(晴) 牛乳	御飯130g 味噌汁-白菜 厚焼き玉子 ふりかけ 牛乳	御飯130g 味噌汁-小松菜 白菜とちくわの煮びたし にしん甘藷煮 牛乳				
昼食	御飯130g 和風チキンステーキ トマトサラダ 味噌汁-大根	御飯130g 中華丼の具 揚げ茄子の煮しめ 味噌汁-玉葱	御飯130g 太刀魚の焼き付け 胡麻和え-ブロッコリー 味噌汁-豆腐				
夕食	麦ご飯130g 焼肉 わさびマヨネーズ和え きのこスープ	麦ご飯130g さばの煮つけ 酢の物-ハム おすまし-かまぼこ	麦ご飯130g 豚カツ オクラのおかか和え おすまし-おつゆ麩				