

5月献立表

日		月		火		水		木		金		土			
朝食	ご飯 ロールパン&ぶどうパン ミートボール いんげんのドレ和え マーマレードジャム コーンスープ		ご飯 肉詰めいなりの煮物 ブロッコリーのおかか和え 梅びしお みそ汁		ご飯 目玉焼き 芋がらの煮物 ふりかけ(野菜) みそ汁		ご飯 三色高野の煮物 白菜の味噌和え たいみそ みそ汁								
	昼食	ご飯 ほっけの塩焼き ピーマンの中華炒め じゃが芋のり塩和え フルーツ		ご飯 豚肉のさっぱり煮 里芋の田楽 もやしの和風和え フルーツ		ご飯 いわしハバーグ 葱ソース アスパラと新玉ねぎのソテー 大根のゆかり和え フルーツ		ご飯 鶏肉の梅風味焼き 竹の子の煮物 ほうれん草の生姜和え フルーツ							
		夕食	ご飯 親子煮 菜の花のサラダ 桜姫 みそ汁		ご飯 ヒラサの西京焼き 切干大根とキノコのソテー しその実漬け みそ汁		ご飯 回鍋肉 ぜんまいのナムル 赤かっぱ スープ		ご飯 豆腐と挽肉のあん煮 かぶのソテー 昆布佃煮 みそ汁						
5 (こどもの日)		6		7		8		9		10		11			
朝食	ご飯 蒸し豆腐の煮物 いんげんのなめたけ和え 刻みたくあん みそ汁		ご飯 さつま揚げと昆布の煮物 もやしのしらす和え ゆずみそ みそ汁		ご飯 車麩の煮物 納豆 たかな漬け みそ汁		ご飯 つくねの煮物 きゅうりのおかか和え のり佃煮 みそ汁		ご飯 ひじき入り豆腐揚げの煮物 ブロッコリーの錦糸和え たいみそ みそ汁		ご飯 厚焼き玉子 ほうれん草の煮浸し 昆布佃煮 みそ汁		ご飯 角揚げの煮物 キャベツのサラダ ふりかけ(鮭) みそ汁		
	昼食	ご飯 たれカツ丼 きゅうりとチーズのソテー フルーツゼリー		ご飯 めばるの粕漬焼き 白菜の味噌煮 たまご豆腐 フルーツ		ご飯 豚丼風煮 菜の花のサラダ れんこんの山椒味噌和え フルーツ		ご飯 かけうどん 揚げ出し豆腐 ふきのごま酢和え フルーツ		ご飯 カレイの甘辛煮 いんげんの金平風炒め 塩昆布和え フルーツ		ご飯 厚揚げのオムレツ炒め アスパラのサラダ もやしの塩がれ和え フルーツ		ご飯 酢鶏 かぶのオムレツ炒め かぶのオムレツ炒め かぶのオムレツ炒め みそ汁	
		夕食	ご飯 さばの生姜みりん焼き 人参とキノコのソテー しば漬け みそ汁		ご飯 鶏大根煮 ブロッコリーのわさび和え しその実漬け みそ汁		ご飯 ロールパン&ぶどうパン 大根サラダ 赤かっぱ スープ		ご飯 さわらの香味焼き なすのソテー 桜大根 みそ汁		ご飯 鶏肉のつけ焼き ごぼうのみそマヨネーズ 桜姫 みそ汁		ご飯 赤魚のしそ味噌焼き 野菜のマリネ 青かっぱ みそ汁		ご飯 豆腐寄せのマスタードソース さつま芋のバター醤油炒め たかな漬け みそ汁
12 (母の日)		13		14		15		16		17		18			
朝食	ご飯 ニンジン甘露煮 山菜の煮物 しその実漬け みそ汁		ご飯 五目卵焼き フキの信田煮 金山寺みそ みそ汁		ご飯 つみれの煮物 納豆 青かっぱ みそ汁		食パン&ぶどうパン 卵とハムのソテー きゅうりのドレ和え いちごジャム かぼちゃのスープ		ご飯 えびボールの煮物 いんげんの辛子和え ふりかけ(たらこ) みそ汁		ご飯 三角豆腐の煮物 ほうれん草のしらす和え 梅びしお みそ汁		ご飯 かにシウマイ もやしの酢の物 たいみそ みそ汁		
	昼食	ご飯 ビーフシチュー えびサラダ みかんヨーグルト		ご飯 すき焼き風コロケ 高野豆腐と芋がらの煮物 ブロッコリーの和風和え フルーツ		ご飯 豆腐の肉味噌炒め マカロニサラダ 浅漬け フルーツ		ご飯 青椒肉絲 さつま芋の甘煮 かぶの味噌和え フルーツ		ご飯 はんぺんチーズフライ ひじきの煮物 白菜のゆかり和え フルーツ		ご飯 豚肉の生姜炒め 春雨サラダ にんじんごま和え フルーツ		ご飯 厚揚げのネギ味噌炒め なすの南蛮漬け 大根のしその実和え フルーツ	
		夕食	ご飯 鶏肉の味噌焼き 菜の花の白和え 刻みたくあん すまし汁		ご飯 ほっけの醤油みりん焼き 里芋のサラダ しば漬け みそ汁		ご飯 鶏肉と白菜の煮物 キャベツのおかか和え 桜大根 みそ汁		ご飯 ヒラサのもろみ味噌焼き 豆腐ともやしのソテー 赤かっぱ すまし汁		ご飯 鶏肉の幽庵焼き ポトトとカニのソテー なめたけ みそ汁		ご飯 さばの白醤油焼き キャベツとキノコのソテー和え 昆布佃煮 みそ汁		ご飯 煮込みハンバーグ ブロッコリーのソテー 桜姫 スープ
19		20		21		22		23		24		25			
朝食	ご飯 竹輪と昆布の煮物 とろろ芋 しば漬け みそ汁		ご飯 かに高野の煮物 菜の花のドレ和え 金山寺みそ みそ汁		ご飯 彩りしんじょの煮物 納豆 たかな漬け みそ汁		ご飯 肉団子の煮物 ブロッコリーの磯和え ふりかけ(かつお) みそ汁		ご飯 三色いなりの煮物 いんげんのおかか和え のり佃煮 みそ汁		ご飯 いわし煮 フキの煮物 桜姫 みそ汁		ご飯 がんもの煮物 菜の花のしらす和え 昆布佃煮 みそ汁		
	昼食	ご飯 チキンカレー いんげんとチーズのサラダ 福神漬け フルーツ		ご飯 さわらのねぎ味噌焼き きのこの炒め物 かぶのオムレツ和え フルーツ		ご飯 メンチカツ 筍の土佐煮 たまねぎの甘酢漬け フルーツ		ご飯 具だくさんお味噌汁 大根サラダ もやしの香味ダレ和え フルーツ		ご飯 豚肉の中華煮 なすのごま和え ほうれん草のナムル フルーツ		ご飯 えびカツ 切干大根煮 もろきゅう フルーツ		ご飯 焼きうどん 水餃子 もやしの梅和え フルーツ	
		夕食	ご飯 めばるの梅塩焼 れんこんのサラダ 桜大根 みそ汁		ご飯 豚肉と里芋の煮物 白菜のなめたけ和え 刻みたくあん みそ汁		ご飯 炒り豆腐 きゅうりのサラダ 赤かっぱ みそ汁		ご飯 カレイの柚子風味煮 アスパラのベーコンソテー 刻みたくあん みそ汁		ご飯 豆腐寄せの照り焼き 野菜のマスタードマリネ しその実漬け みそ汁		ご飯 鶏肉の磯風味焼き 人参のレーマヨネーズ たいみそ みそ汁		ご飯 サバの味噌煮 ひじきの白和え 青かっぱ すまし汁
26		27		28		29		30		31					
朝食	ご飯 はんぺんの煮物 白菜と桜大根の和え物 桜大根 みそ汁		ご飯 オムレツ ほうれん草のソテー のり佃煮 みそ汁		ご飯 白身魚しんじょの煮物 納豆 青かっぱ みそ汁		ロールパン&ぶどうパン ウインナー 白菜のコールスローサラダ りんごジャム コーンスープ		ご飯 タレ付き肉団子 ブロッコリーのドレ和え 金山寺みそ みそ汁		ご飯 さつま揚げの煮物 きゅうりの棒々鶏和え 昆布佃煮 みそ汁				
	昼食	ご飯 ツナカレー ブロッコリーの錦糸和え らっきょう フルーツ		ご飯 豚バラ大根 里芋の白味噌和え 浅漬け フルーツ		ご飯 厚揚げの麻婆あんかけ ごぼうの辛子マヨネーズ きゅうりの中華和え フルーツ		ご飯 鶏天ぷら 菜の花の煮浸し 春雨和え フルーツ		ご飯 ヒラサの煮付け ジャーマンポテト いんげんの生姜和え フルーツ					
		夕食	ご飯 おろしポン酢ハバーグ さつま芋サラダ しば漬け スープ		ご飯 赤魚のしそ味噌焼き いんげんの煮物 刻みたくあん みそ汁		ご飯 他人煮 かぶのソテー しその実漬け みそ汁		ご飯 ほっけのごまみりん焼き 筍のきんぴら 桜姫 すまし汁		ご飯 鶏肉の香草焼き ひじきのわさびマヨネーズ 赤かっぱ みそ汁				