

週間予定献立表(4月)

	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)
朝	ご飯 味噌汁 煮浸し 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 筍の軟らか煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやしの煮物 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 落の油炒め おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 おから炒り 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 金平ごぼう とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき蓮根 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 豚肉の林檎おろしソース 青菜の柚香和え 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鱧の揚げ煮 煮浸し 香の物 果物	ご飯 味噌汁 和風チンジャオロースウ 麻婆春雨 香の物 果物	ご飯 なめこのスープ カラスカレイの甘酢あん 三色ナムル 香の物 果物	わかめご飯 味噌汁 牛肉じゃが お浸し 香の物 果物	ナポリタン キノコスープ 野菜サラダ 果物	菓子パン コーンスープ グラタン ラタトゥユ 果物
夕	ご飯 味噌汁 鰯の煮つけ ビーフン炒め 香の物	ご飯 味噌汁 回鍋肉 シューマイ 香の物	ご飯 味噌汁 鱧の西京焼き 独活の金平 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み もずく酢 香の物	ご飯 味噌汁 赤魚の生姜焼き 里芋のそぼろ煮 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 秋刀魚の香味煮 白和え 香の物

週間予定献立表(5月)

	29日(月)	30日(火)	5/1日(水)	5/2日(木)	5/3日(金)	5/4日(土)	5/5日(日)
朝	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮つけ 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 油麩の煮物 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 五目豆 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 ゼンマイの五目煮 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 青菜のバターソテー おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 煮浸し とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 白菜のツナ煮 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	ご飯 根菜汁 カジキマグロ竜田焼き 春野菜胡麻味噌和え 香の物 果物	ジャが芋ご飯 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き 独活の金平 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鯖のみりん焼き 炊き合わせ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 ハンバーグデミソース 南瓜のサラダ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 焼き魚(甘塩鮭) 田舎煮 香の物 果物	焼うどん 玉子とコーンのスープ ポテトサラダ 果物	菓子パン ミネストローネスープ 白身魚のカレー風味焼き アボカドと玉子のサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 肉豆腐 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 キャベツの春雨炒め 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉とゴボウの甘辛煮 お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 魚のしぐれ煮 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉のトマトクリーム煮 薩摩芋のレモン煮 香の物	ご飯 味噌汁 刺身 けんちん煮 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉と大根の甘辛煮 ごま和え 香の物