

週間予定献立表(5月)

	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
朝	ご飯 味噌汁 ゼンマイの煮つけ 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 おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 煮浸し 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮つけ 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 油麩の煮物 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツ炒め煮 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 金平蓮根 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	わかめご飯 塩豚汁 鯖の味醂焼き 白和え 香の物 果物	ご飯 味噌汁 豚肉の西京焼き 切り干し大根の煮つけ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 カジキの山椒味噌焼き 煮物 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅風味焼き 春雨炒め 香の物 果物	うな玉井 味噌汁 長芋の梅酢和え 青菜の煮浸し 果物	スパゲッティミートソース ワカメスープ 五色サラダ 果物	菓子パン ツナクリームシチュー ハムエッグ 薩摩芋サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 刺身 じゃがいものそぼろ煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜煮 ふるふき大根 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉のくわ焼き 春雨サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鱒) ゴボウの炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 大根と鶏肉の粕煮 お浸し 香の物