

週間予定献立表(5月)

	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
朝	ご飯 味噌汁 金平大豆 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮しめ とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 カブのそぼろ煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツ炒め煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白菜のツナ煮 おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮つけ 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 玉子若布の中華スープ 酢豚 三色ナムル 香の物 果物	ご飯 きのこと汁 焼き魚(甘塩鮭) 大根の肉味噌あんかけ 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉のキノコソース 和風ナムル 香の物 果物	ご飯 うすくず汁 鱈西京焼き 野菜の揚げびたし 香の物 果物	牛丼 味噌けんちん汁 白菜のコールスロー 酢の物 果物	キノコスバゲッティ わかめスープ ラタトゥユ 果物	菓子パン コーンポタージュ ポトフ シーザーサラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 赤魚の南部焼 鶏大根 香の物	ご飯 味噌汁 回鍋肉 シューマイ 香の物	ご飯 味噌汁 海老団子の煮物 めかぶのポン酢和え 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み 野菜サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鱸) 煮しめ 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉と茄子の玉子とじ お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鮓) もやしのカレー炒め 香の物

週間予定献立表(5~6月)

	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	1日(土)	2日(日)
朝	ご飯 味噌汁 落と油揚げの煮つけ 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 豆もやしの煮物 おろし和え ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 野菜ソテー とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮物 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 厚揚げと白菜の炒め煮 とろろ芋 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 蓮根の金平 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	ご飯 豚汁 白身魚の風味焼き 金平ごぼう 香の物 果物	ご飯 味噌汁 親子煮 焼き浸し 香の物 果物	ご飯 味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き 炊き合わせ 香の物 果物	ビーフカレー わかめスープ 野菜サラダ ミルクゼリー	ご飯 味噌汁 カジキ鮓バターソテー ジャーマンポテト 香の物 果物	焼きそば コンソメスープ じゃがいもと人参の煮物 果物	菓子パン ミネストローネスープ スクランブルエッグ コールスロー 果物
夕	ご飯 味噌汁 白菜と豚肉の旨煮 とろろオクラ 香の物	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 大根と豚肉の煮物 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉じゃが 二色浸し 香の物	ご飯 味噌汁 秋刀魚のみりん焼き 青菜とがんと炊き合わせ 香の物	ご飯 味噌汁 鶏肉の醤油煮 マカロニサラダ 香の物	ご飯 味噌汁 カレイの生姜焼き 焼きビーフン 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉おろし焼き お浸し 香の物