

(5月) 週間予定献立表

	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)
朝	ご飯 味噌汁 金平大豆 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 蕪のそぼろ煮 とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 温泉卵 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 切昆布の煮しめ とろろ芋 ふりかけ又は梅干し 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツ炒め煮 納豆 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 ひじきの煮つけ 納豆 ふりかけ又は梅干し 牛乳
昼	ご飯 玉子とわかめのスープ 酢豚 三色ナムル 香の物 果物	ご飯 きのこ汁 鰯の照り焼き 南瓜の肉みそあんかけ 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	ご飯 うすくず汁 鰯西京焼き 野菜の焼き浸し 香の物 果物	ご飯 コーンポタージュ 鶏肉の茸ソース 和風ナムル 香の物 果物	キノコスパゲッティ わかめスープ 海老ブロッコリーサラダ 果物	ご飯 コンソメスープ ポトフ シーザーサラダ 香の物 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 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 回鍋肉 シュウマイ 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 鶏肉と茄子の玉子とじ お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 焼き魚(鰯) もやしのカレー炒め 香の物

(5～6月) 週間予定献立表

	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)	1日(日)
朝	ご飯 味噌汁 露と油揚げの煮つけ 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 鰯のカレー風味焼き 金平蓮根 香の物 果物	ご飯 味噌汁 豚玉煮 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	ご飯 ポークカレー わかめスープ 野菜サラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 カジキマグロのソテー ジャーマンポテト 香の物 果物	焼きそば コンソメスープ じゃが芋と人参の煮物 果物	ご飯 クラムチャウダー スクランブルエッグ コールスロー 香の物 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 鰯の塩焼き 大根と鶏肉の煮物 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 鰹の味噌焼き 青菜がんと炊き合わせ 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 豚肉のおろし焼き お浸し 香の物