

月間献立表

		ジョウ(A)						
		05月01日(土)		05月02日(日)				
日付	朝					御飯 かにかま入りふんわり卵 小松菜のお浸し みそ汁(里芋・大根菜)	御飯 さつま揚げ 付)オクラ しらのくるみお和え みそ汁(さつま芋・しめじ)	
10時	昼					牛乳	牛乳	
おやつ						御飯 ほきのマスタード焼き 付)スナップエンドウ さつま揚げと冬瓜の煮物 もやしのポン酢和え みそ汁(おつゆ・長葱)	御飯 鱈魚卵焼き 付)ほうれん草 若竹煮 かりふりの柚子胡椒和え 中華スープ(かぶ・葱)	
夕						御飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース 付)ブロッコリー なすの味噌焼き 白菜のおかか和え 香の物(桜大根)	御飯 あさりと青梗菜の炒め物 なめたけおろし フルーツ缶(りんご)	
日付	05月03日(月)	05月04日(火)	05月05日(水)	05月06日(木)	05月07日(金)	05月08日(土)	05月09日(日)	
朝	御飯 納豆 野菜炒め みそ汁(畑菜・うずまき葱)	食パン ウインナー 卵サラダ いちごジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め 香の物(かか和え) みそ汁(えのき・白菜)	食パン ミートソース(付)オクラ) 付)いんげん ブロッコリーのサラダ はちみつジャム ブルーベリーチーズ	御飯 だし巻卵 付)うつくし豆 白菜のからし和え みそ汁(もやし・大根菜)	御飯 厚揚げの詰め煮 ほうれん草の味噌和え みそ汁(さつま芋・貝割)	御飯 焼き豆腐と大根の煮物 菜の花のお浸し みそ汁(おつゆ・おつゆ)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 白身魚の揚げ焼き 付)スナップエンドウ きざみ豆腐の炒め煮 小松菜のわさび和え みそ汁(じゃが芋・葱)	御飯 鶏肉の治郎煮 付)オクラ なすの詰め煮 青梗菜のごま醤油和え 赤だしなめこ汁(大根菜)	御飯 【端午の節句献立】 鶏おこわ 赤魚の香味蒸し アスパラの白和え マンゴー杏仁 五月汁	御飯 味噌ラーメン かぶのかにあんかけ 小松菜のナムル	御飯 【お誕生日献立】 赤飯 天ぷら盛り合わせ 付)おろし 茶碗蒸し フルーツポンチ お吸い物(てまり・みずほ)	御飯 【お誕生日献立】 大豆の照りだれハンバーグ 付)ししとう 青梗菜の油香蒸し フルーツ缶(みかん) みそ汁(しめじ・葱)	御飯 ぶりのお浸し焼き 付)キャベツ 里芋の煮物 ブロッコリーのおろし和え たいみそ	
おやつ	おやつ(水餃子・しあん)	おやつ(ヤクルト)	【端午の節句おやつ】 おやつ(カープゼリー)	おやつ(マドレーヌ)	おやつ(ツツメスガ)	【お誕生日おやつ】 おやつ(マヨネーズ・ケーキ)	手作りおやつ(パンゼリー)	
夕	御飯 八宝菜 かじり焼 春雨サラダ ゆずみそ	御飯 さわらの生姜煮 付)ししとう にぼりの甘辛炒め もやしの和風和え うめびしお	御飯 豚肉のバター醤油炒め 冬瓜のコンソメ煮 鶏立と菜の花の和え物 漬漬(きゅうり)	御飯 さばの塩焼き 付)甘酢しょうが れんこんきんぴら ほうれん草ピーナツ和え しそ昆布佃煮	御飯 鶏肉の葱ソースかけ 葱ソース 付)スナップエンドウ じゃが芋の詰め煮 キャベツの味噌和え かつおおほか	御飯 あじのみりん焼き 付)小松菜 なすとピーマンの炒め物 トマトサラダ 香の物(青しそ・漬漬)	御飯 豚肉の生姜焼き 付)キャベツ 里芋の煮物 ブロッコリーのおろし和え たいみそ	
日付	05月10日(月)	05月11日(火)	05月12日(水)	05月13日(木)	05月14日(金)	05月15日(土)	05月16日(日)	
朝	御飯 野菜つみれの煮物 小松菜としらすの和え物 みそ汁(玉葱・かぶ)	食パン トマトはくわ 付)卵サラダ ブルーベリージャム ブルーベリーチーズ	御飯 ウインナー 白菜の香味和え みそ汁(もやし・油揚げ)	黒糖ロール 野菜と豆のミートソース煮 みかんジャム フルーツ(メロン)	御飯 鮭の塩焼き 付)ししとう 鶏皮とキャベツの和え物 みそ汁(白菜・オクラ)	御飯 炒り豆腐 ツナ・鶏とわかめの和え物 みそ汁(じゃが芋・玉葱)	御飯 豚肉と白菜の煮物 かりふりの味噌和え みそ汁(畑菜・おつゆ)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	二色丼 さつま芋の甘煮 白菜の酢の物 みそ汁(豆腐・長葱)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付)スナップエンドウ ツナとかつらのツナ かぼちゃサラダ コロスローサラダ	御飯 赤魚の煮付け 付)いんげん れんこんの甘辛炒め しらの味噌和え みそ汁(玉葱・貝割)	御飯 フライ盛り合わせ ソース 付)キャベツ かぶのポトフ グリーンサラダ みそ汁(うまい塩・白玉餃)	御飯 鶏肉煮うどん 具) ちく天 かりふらのゆかり和え	御飯 十五穀菜ごぼん さばの味噌焼き 付)菜の花 切干大根の炒め煮 フルーツ缶(洋梨) かき玉汁(葱)	御飯 牛肉の甘辛炒め なすの詰め煮 キャベツのお浸し お吸物(はんぺん・葱)	
おやつ	おやつ(ドーナツ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(シモンキー)	おやつ(どら焼き)	おやつ(野菜生活ペリー)	おやつ(チョコレート)	手作りおやつ(パンゼリー)	
夕	御飯 白身魚の和風ムニエル 付)アスパラ ふきと油揚げの煮物 春雨サラダ 梅子し	御飯 和風卵焼き 付)ピーマン 青梗菜の煮浸し 漬漬(かぶ) フルーツ缶(りんご)	御飯 鶏肉の煮付け 付)いんげん れんこんの甘辛炒め しらの味噌和え みそ汁(玉葱・貝割)	御飯 豚と玉葱の節とじ きんぴらごぼう もやしと和菜のうめしそ和え のり佃煮	御飯 鶏肉と厚揚げの旨煮 肉しゅうまい チキンと小松菜の中華和え 香の物(桜大根)	御飯 鶏肉のゆず胡椒炒め 冬瓜の佃煮 マカロニサラダ 香の物(しば漬け)	御飯 ぶりの生姜焼き 付)れんこん もやしのカレーソース ブロッコリーサラダ かつおおほか	
日付	05月17日(月)	05月18日(火)	05月19日(水)	05月20日(木)	05月21日(金)	05月22日(土)	05月23日(日)	
朝	御飯 厚揚げの煮物 小松菜のピーナツ和え みそ汁(里芋・えのき)	食パン カレー風味 ウインナー キャベツサラダ メイプルジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 オムツ 付)ブロッコリー 菜の花のなめたけ和え みそ汁(豆腐・貝割)	バターロール はんぺんチーズのせ焼き 付)いんげん ツナ・キャベツ りんごジャム フルーツ缶(みかん)	御飯 焼豆 付)ししとう 白菜の煮浸し みそ汁(しらのな・りめ)	御飯 温泉卵 かぶの煮物 みそ汁(里芋・水菜)	【みんなの日曜日】 中華製 黒豚の肉団子 付)野菜炒め カルシウムヨーグルト	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	豆御飯 焼き魚の野菜あんかけ 野菜炒め ひじきの煮物 ほうれん草の焼魚和え お吸物(菜類・葱)	御飯 和風ハンバーグ おろしソース 付)スナップエンドウ ほうれん草の焼魚和え もやしのサラダ コンソメスープ(玉葱・コーン)	【郷土食 岩手県】 山菜煮の佃煮 さんまの佃煮漬け梅風味 付)佃煮 めかぶとろろ いちごゼリー お吸い物(うずまき・貝割)	御飯 ポークチャップ ポテトサラダ フルーツ缶(りんご) コンソメスープ(青菜・人参)	御飯 【外注食】 御飯 鶏肉のマスタード焼き 付)アスパラ 冬瓜の土佐煮 小松菜のお浸し お吸物(小花・葱)	御飯 たいめいけん特製ハヤシライス スペイン風オムレツ 付)オクラ なすとピーマンの炒め物 春巻の揚げ みそ汁(玉葱・しめじ)	御飯 たいめいけん特製ハヤシライス スペイン風オムレツ 付)野菜炒め カルシウムヨーグルト	
おやつ	おやつ(カステラ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(きみじく)	おやつ(水ようかん)	おやつ(お風呂)	おやつ(そば)	おやつ(きなこプリン)	
夕	御飯 肉野菜のバター・ポン酢和え かぼちゃの甘煮 ザーサイ和え フルーツ缶(みかん)	御飯 白身魚の蒲焼き 付)なす レバー煮 しらのなめこ和え たいみそ	御飯 鶏肉の胡椒みそ焼き 付)さつま芋 さつま揚げとかぶの煮物 春雨のさばりサラダ 漬漬(きゅうり)	御飯 干草焼き 和風あん なすの詰め煮 三色和え きくらげ	御飯 干草焼き 和風あん なすの詰め煮 三色和え きくらげ	御飯 さばの刺身焼き 付)大根おろし 豚肉と厚揚げの炒め煮 キャベツのしそ風味和え 漬漬(きゅうり)	御飯 麻婆豆腐 さつま揚げといんげんの炒め物 もやしのナムル フルーツ缶(きゅう)	御飯 ぶりのお浸し 付)大根・小松菜 もやしのカレーソース ブロッコリーサラダ かつおおほか
日付	05月24日(月)	05月25日(火)	05月26日(水)	05月27日(木)	05月28日(金)	05月29日(土)	05月30日(日)	
朝	御飯 炒り豆腐 なすのおろし醤油和え みそ汁(玉葱・きくらげ)	食パン スクランブルエッグ 野菜のドレッシング和え いちごジャム ブルーベリーチーズ	御飯 豆腐のそぼろ煮 青梗菜のくるみお和え みそ汁(里芋・みずほ)	トマト食パン ウインナー 卵サラダ アプリコットジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁(おつゆ・大根菜)	御飯 厚揚げの旨煮 いんげんのごまドレッシング和え みそ汁(畑菜・さつま芋)	御飯 ぶりの刺しとじ かりふのお浸し みそ汁(南瓜・貝割)	
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	御飯 さわらのたらこマヨネーズ焼き 付)いんげん かぶの水餃子 小松菜の和風和え 若竹煮	御飯 鶏肉のトマトソースかけ トマトソース 付)ブロッコリー じゃがいもの洋風煮 コーンスローサラダ コンソメスープ(冬瓜・横さや)	中華飯 焼ビーフン かりふらの中華和え 中華スープ(ワンタン・パセリ)	【選択食】御飯 Aたらのポテト焼き Bチーズはんぺんフライ 付)甘菜人参・コーン なすの詰め煮 菜の花のからし和え お吸物(とろろ昆布・葱)	御飯 【外注食】 御飯 中華風卵焼き 甘酢あん 肉しゅうまい 肉しじみ ほうれん草のドレッシング和え 中華スープ(白菜・きくらげ)	御飯 たいめいけん特製ハヤシライス スペイン風オムレツ 付)野菜炒め カルシウムヨーグルト	御飯 ぶりのお浸し 付)大根・小松菜 もやしのカレーソース ブロッコリーサラダ かつおおほか	
おやつ	おやつ(ドーナツ)	おやつ(ヤクルト)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(りんごジュース)	おやつ(ロールケーキ)	手作りおやつ(パンゼリー)		
夕	御飯 豚肉と野菜のオニオン炒め かぼちゃの煮物 香の物(薄しそ・漬漬)	御飯 めかぶの揚げ煮 付)貝割れ しらのなめこ物 わけぎの香味和え 香の物(沢庵)	御飯 ぶりの七味焼き 付)小松菜 大根の煮物 もやしときゅうりの肉和え えびみそ	御飯 豆腐ハンバーグ チリヤキソース 付)オクラ たけのこふきの煮物 漬漬(かぶ) フルーツ缶(りんご)	御飯 白身魚のナッツ焼き 付)ピーマン 切干大根の炒め煮 キャベツのポン酢和え 香の物(つぼ漬け)	御飯 めかぶの煮付け 付)大根・小松菜 なすのみそ炒め 白菜の青じそ和え のり佃煮		

月間献立表

日付	05月31日(月)						
朝	海賊 里芋のそぼろ煮 春菊の白和え みそ汁(味噌やしめじ)						
10時	牛乳						
昼	海賊 ほきのムニエル 和風タルタルソース 付)スナッパエンドウ アスパラのソテー しろなのわさび和え コッパースープ(卵・葱)						
おやつ	おやつ(おぼろ)						
夕	海賊 豚肉のんにく醤油炒め 冬瓜のくず煮 昆布佃煮 フルーツ缶(マンゴー)						