

《 5月給食・舎食献立予定表 》

		朝食	昼食	夕食			朝食	昼食	夕食
1	水	ご飯 みそ汁 ほっけ昆布醤油焼き フロッコリーのおかか和え 五目きんぴら	桜えびとお茶ご飯 牛乳 パイン すまし汁 ます塩焼き 小松菜のおかか和え みそおでん	ご飯 中華風スープ 酢豚 パンバンジー プレーンヨーグルト	16	木	ご飯 みそ汁 赤魚ごまみそ漬け焼き 小松菜のおかか和え 豚肉と白菜炒め	ご飯 牛乳 もずくスープ ハンバーグ パイン 添え野菜 温野菜サラダ	ポークカレー 大根と海藻サラダ 福神漬け 黒糖ビーンズ バナナ
2	木	ご飯 みそ汁 若竹信田煮 いんげんのピーナッツ和え ウインナー野菜炒め	塩ラーメン 牛乳 豆腐シュウマイ 添え野菜 ミニたい焼き		17	金	ご飯 味付けのり みそ汁 ハムソテー 添え野菜 なすとエリンギソテー	中華丼 牛乳 中華コーンスープ リャンバンサンズ キウイ	
3	金				18	土			
4	土				19	日			ご飯 みそ汁 あじフライ 蒸しかぼちゃ 根菜のみそ煮
5	日				20	月	ご飯 みそ汁 ちくわ甘辛煮 ピーナッツ和え ひじきの五目炒め	ご飯 牛乳 みそ汁 オレンジ にしん照り焼き キャベツの塩昆布和え 切り干し大根のミルク炒め	みそラーメン ポークシュウマイ ポテトサラダ ラフランスゼリー
6	月				21	火	ご飯 みそ汁 きのこ信田煮 ほうれん草ののり和え なすのみそ炒め	ご飯 牛乳 じじみ汁 グレープフルーツ 巣ごもり卵 つぼ漬け和え 五目みそきんぴら	ご飯 白菜とたらのスープ ケチャップチキン 添え野菜 ジャーマンポテト
7	火	ご飯 みそ汁 ソーセージ炒め 小松菜の辛子和え たけのこ甘辛炒め	ご飯 牛乳 三平汁 オレンジ 肉入り信田煮 添え野菜 野菜の磯香和え	ご飯 ポテトと野菜のスープ タンドリーチキン 添え野菜 チョレギスパ 洋風おでん	22	水	ご飯 納豆 みそ汁 ミートオムレツ ミニトマト チンゲン菜ソテー	かき揚げうどん 牛乳 レバー野菜入りまんじゅう ビーンズサラダ バナナ	ご飯 シューチーズ えびたまスープ 鮭花園焼き 添え野菜 小大豆もやし炒め
8	水	ご飯 みそ汁 チーズオムレツ ねばねば昆布和え もやしの中華炒め	カレーうどん 牛乳 ポテトコロケ キャベツのわさびマヨ和え グレープフルーツ	ご飯 鶏団子汁 ぶり照り焼き 即席漬け れんこんきんぴら	23	木	ご飯 みそ汁 ウインナー 小松菜のごま和え キャベツソテー	もぶり飯 牛乳 つみれスープ 呉の肉じゃが フルーツ杏仁	ご飯 もやしとニラのスープ マーボー豆腐 ごぼうギョウザ きゅうりのキムチ和え
9	木	ご飯 納豆 みそ汁 豚肉の雪人参醤油焼き 添え野菜 キャベツ炒め	豚ごぼう丼 牛乳 みそ汁 大根の梅和え バナナ	ご飯 ポンデローナッツ わかめスープ 和風おろしハンバーグ 粉ふきいも 小魚サラダ	24	金	ご飯 みそ汁 たら塩こうじカレー焼き アスパラのわさびマヨ和え 肉とれんこんのみそ炒め	食パン ジョアストロベリー パンブキンポタージュ ハムカツ 添え野菜 ラタトゥイユ	鶏そぼろ丼 みそ汁 野菜ののり酢和え 炒りおから
10	金	ご飯 みそ汁 野菜とわかめの豆乳よせ キャベツのごま和え 豚肉と糸こんにゃくの炒め物	セルフサンドコッパン 麦茶 きくらげとほたてのチャウダー ウインナー 添え野菜 マカロニのミートソース煮 パインゼリー		25	土	ご飯 みそ汁 ミートボール ほうれん草のおかか和え ふき炒め		
11	土				26	日			
12	日			若菜ご飯 みそ汁 鮭のメンチカツ ほうれん草とコーンのソテー がんものそぼろあんかけ	27	月			ご飯 わかめスープ チキントマトソース焼き 添え野菜 卵サラダ
13	月	ご飯 みそ汁 コーンシュウマイ アーモンド和え 茎わかめ炒め煮	ご飯 牛乳 みそ汁 オレンジ いわししょうが煮 ほうれん草のなめたけ和え 鶏肉のおろし煮	ご飯 きつねうどん じゃがバター茶巾 ほたてとわかめの和え物 フルーツポンチ	28	火	ご飯 みそ汁 ソーセージソテー チンゲン菜のなめ茸和え きんぴらごぼう	ご飯 牛乳 スープカレー 厚焼き卵 チャブチェ キウイ	チャーハン 豆と白菜のスープ 青じそ入りつくね 添え野菜 冷凍みかん
14	火	ご飯 みそ汁 野菜ミックス肉団子 白菜のゆかり和え カリフラワーカレー煮	ご飯 牛乳 あざりと野菜のスープ 照り焼きチキン 添え野菜 モザイクサラダ グレープフルーツ	ご飯 みそ汁 さば竜田の甘酢あんかけ 添え野菜 筑前煮	29	水	ご飯 みそ汁 いわしトマト煮 アーモンド和え みずの油炒め	とんこつラーメン 牛乳 棒ギョウザ 白菜とチンゲン菜のナムル パイン	ご飯 すまし汁 みそカツ 添え野菜 ゆかりスパ 大根の炒め物
15	水	ご飯 みそ汁 五目厚焼き卵 にらツナ和え かぼちゃの煮物	ご飯 しょうゆラーメン 牛乳 肉ギョウザ 添え野菜 レモンヨーグルト	ご飯 キウイ 根菜のごまみそ汁 豚肉甘辛焼き 添え野菜 ゆかりスパ なすの煮浸し	30	木	ご飯 みそ汁 彩り野菜肉団子 キャベツの塩昆布和え メンマ炒め	ご飯 牛乳 みそ汁 オレンジ たらみそマヨネーズ焼き 添え野菜 かぼちゃのそぼろあんかけ	《お誕生会》 クリームチキンライス 野菜スープ いかのマリネ 添え野菜 ケーキ
					31	金	ご飯 みそ汁 ツナオムレツ 白菜のお浸し もやしのカレー炒め	ピビンバ 飲むヨーグルト 茎わかめのスープ たご焼き トマト	