

5月 予定献立表

	5月1日 (月)	5月2日 (火)	5月3日 (水)	5月4日 (木)	5月5日 (金)	5月6日 (土)	5月7日 (日)
昼食	おにぎり (ごま塩) 肉うどん 辛子味噌和え べったら漬 フルーツヨーグルト	ゆかりご飯 魚の抹茶揚げ 菜果なます 清汁 (茶そば) 果物 (フルーツ缶詰)	御飯 135 g 中華風D-スト丼 凉拌三絲 中華スープ 果物 (みかん缶)	御飯 135 g スコップコロッケ コロコロサラダ コンソメスープ 果物 (バナナ)	御飯 135 g 鰯の柚庵焼き さつま芋の小倉煮 清汁 (えのき) 果物 (オレンジ)	御飯 135 g 豚肉のしそ焼き ピーナツ和え きりこみ汁 果物 (黄桃缶)	休み
間食	作) 蒸しパン (コーヒー)	作) 抹茶プリン	ココアワッフル	やわらかサブレ	和菓子 (真鯉/緋鯉)	エクレア	
夕食	御飯 135 g 蒸し魚のくずあんかけ 人参しりしり 清汁 (おつゆ麩)	御飯 135 g 豚肉の卵とじ 塩昆布和え 清汁 (もずく)	御飯 135 g 擬製豆腐 ブロッコリーの酢味噌かけ かき玉汁	御飯 135 g 魚の梅焼き ちくわとおくらの和え物 清汁 (海老ボール)	麦ご飯・135g 鶏のうま煮 カニカマのなます 雷汁	御飯 135 g 鰯の揚げおろし煮 菜種和え 赤だし (なめこ)	
	5月8日 (月)	5月9日 (火)	5月10日 (水)	5月11日 (木)	5月12日 (金)	5月13日 (土)	5月14日 (日)
昼食	御飯 135 g チキンのマレンゴ風 おさつサラダ ワカメスープ 果物 (オレンジ)	御飯 135 g 魚のパン粉焼き キャベツサラダ 南瓜スープ 果物 (みかん缶)	麦ご飯・135g 鶏のみそ漬焼き 梅肉和え 清汁 (花麩) 果物 (フルーツ缶詰)	牛丼 ブロッコリーのかにあんかけ らっきょう漬 きりこみ汁 果物 (パイナップル)	御飯 135 g 鰯の生姜煮 レモン和え 雷汁 果物 (バナナ)	御飯 135 g 魚のﾋﾞﾝｸﾞﾓﾝﾄﾞｰｽかけ スパゲティサラダ 野菜スープ フルーツヨーグルト	休み
間食	作) ｶﾏﾓﾓﾅ(きなこ)	黒糖饅頭	プリン	作) 蒸しパン (レーズン)	クリームコンフェ	酒まんじゅう	
夕食	御飯 135 g 魚のさらさ蒸し 五目豆煮 清汁 (えのき)	御飯 135 g 八宝菜 中華サラダ かに玉スープ	御飯 135 g 豆腐のふわふわ揚げ 蒸し鶏のごまだれ和え 清汁 (かまぼこ)	御飯 135 g 魚の南部焼き ひじきの炒り煮 清汁 (うずらの卵)	御飯 135 g 鶏肉の香味焼き 錦糸和え 清汁 (もずく)	御飯 135 g オイスター炒め 茄子の華風和え 春雨スープ	
	5月15日 (月)	5月16日 (火)	5月17日 (水)	5月18日 (木)	5月19日 (金)	5月20日 (土)	5月21日 (日)
昼食	御飯 135 g 鶏の竜田揚げ みぞれ和え きりこみ汁 果物 (フルーツ缶詰)	御飯 135 g タンドリーチキン風 コールスローサラダ ワカメスープ 果物 (パイナップル)	御飯 135 g 揚げ魚のねぎソースかけ 生姜醤油和え 清汁 (かまぼこ) フルーツヨーグルト	〈誕生会〉 ちらし寿司 鶏肉の甲州蒸し ひよとなます 清汁 (もずく) 果物 (オレンジ)	おにぎり (ゆかり) 味噌ラーメン うの花炒り べったら漬 果物 (みかん缶)	御飯 135 g たらのおランダ焼き ポテトサラダ 野菜スープ 果物 (バナナ)	休み
間食	吹雪まんじゅう	パウムクーヘン	作) バナナケーキ	ケーキ	作) 杏仁豆腐	あんドーナツ	
夕食	麦ご飯・135g 千草焼き 白菜のお浸し 清汁 (海老ボール)	御飯 135 g 信州蒸し さつま芋の甘辛煮 清汁 (うずらの卵)	御飯 135 g 鶏肉の照焼き 人参金平 清汁 (おつゆ麩)	御飯 135 g 麻婆豆腐 ほうれん草中華風 中華スープ	御飯 135 g 魚のマヨネーズ焼き ピーマンのじゃこ煮 かき玉汁	御飯 135 g 肉じゃが もずく酢 清汁 (えのき)	
	5月22日 (月)	5月23日 (火)	5月24日 (水)	5月25日 (木)	5月26日 (金)	5月27日 (土)	5月28日 (日)
昼食	御飯 135 g 鮭のムニエル エビサラダ コンソメスープ 果物 (ゴールデンキウイ)	三色丼 白和え らっきょう漬 清汁 (おつゆ麩) 果物 (みかん缶)	御飯 135 g 蒸し魚の野菜あんかけ 炒り豆腐 きりこみ汁 果物 (フルーツ缶詰)	麦ご飯・135g 鶏ミンチの五目蒸し 梅マヨ和え 清汁 (花麩) 果物 (バナナ)	ちらし寿司・135 g 揚げ鶏のレモン煮 えんどうと人参の甘煮 清汁 (えのき) 果物 (黄桃缶)	御飯 135 g 鰯のちゃんちゃん焼き 南瓜の小倉煮 清汁 (うずらの卵) 果物 (オレンジ)	休み
間食	たいやき	作) スイートポテト	りんごカステラ	作) 蒸しパン (ココア)	もみじ饅頭	黒棒	
夕食	御飯 135 g 牛肉の柳川風 しめじのおろし和え 清汁 (かにかまぼこ)	御飯 135 g 魚のステーキ風 ブロッコリーのゴママヨ和え 豆乳スープ	御飯 135 g 煮込みハンバーグ風 大豆サラダ ワカメスープ	御飯 135 g 魚の菜種焼き なます 雷汁	御飯 135 g 鰯の塩焼き からし醤油和え 赤だし (厚揚げ)	御飯 135 g チキン南蛮 パンプキンサラダ 野菜スープ	
	5月29日 (月)	5月30日 (火)	5月31日 (水)				
昼食	御飯 135 g 魚の甘酢あんかけ もやしのナムル 中華スープ 果物 (フルーツ缶詰)	御飯 135 g 太刀魚のﾄﾞﾏ照焼き ﾏﾏ芋とﾄﾞﾏの煮物 清汁 (かにかまぼこ) フルーツヨーグルト	味噌すき丼 なすのみぞれかけ べったら漬 清汁 (おつゆ麩) 果物 (パイナップル)				
間食	作) ババロア	黒糖ケーキ	抹茶饅頭				
夕食	御飯 135 g 松風蒸し 青菜としめじのトロロ和え 清汁 (もずく)	御飯 135 g えび入り玉豆腐 ゴーヤのマヨ和え きりこみ汁	御飯 135 g 豆腐のステーキ シーチキンサラダ きのこ汁				