


5 月 の 献 立

※食材の調達状況等により献立を変更させていただく場合があります。
※()は麺類、ソフト、ミキサー食のメニューとなります。

					01日(金)	02日(土)	
朝	【5月行事食】 5月5日昼 こどもの日 5月10日		【平均栄養価】 エネルギー 1,445Kcal たんぱく質 54.3g 脂質 40.0g		小町麩チャンプル さけおろし 牛乳 味噌汁(さつまいも・玉葱) 米飯(150g)	豚肉と里芋の煮物 キャベツの漬物 牛乳 梅びしお 味噌汁(豆腐・万葱) 米飯(150g)	
昼					さばのいり焼き ほうれん草と卵の炒りつけ トマトの和え物 味噌汁(大根・カイワレ) 米飯(150g)	どて煮風 ちくわの炒め物 きゅうりとわかめの酢の物 清汁(みつば・板麩) 米飯(150g)	
同2					ひとくちまんじゅう(栗)	チョコバウム	
夕	鶏肉のクリーム煮 キノコと魚肉ソーセージのソテー フルーツ(白桃缶) 米飯(150g)	鮭の幽庵焼き 鶏団子の煮物 ヨーグルト 米飯(150g)					
朝	03日(日)	04日(月)	05日(火)	06日(水)	07日(木)	08日(金)	09日(土)
朝	スクランブルエッグ フルーツ(みかん缶) 牛乳 クラムチャウダー 黒糖食パン	じゃがいものツナ煮 卵豆腐 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(冬瓜・ほうれん草) 米飯(150g)	魚肉ソーセージの炒め物 白菜の浅漬け風 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(油揚げ・わかめ) 米飯(150g)	キャベツとエビのソテー とろろ芋 牛乳 味噌汁(椎茸・チンゲン菜) 米飯(150g)	おでん風煮 いんげんの生姜和え 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(キャベツ・エノキ) 米飯(150g)	なすのそぼろ煮 ブロッコリーともやしおかか 牛乳 味噌汁(もやし・ワカメ) 米飯(150g)	肉団子の煮物 大根の浅漬け風 味噌汁(油揚げ・長葱) たまご粥
昼	タラのフリッター 切り昆布の煮付け さつま芋の甘煮 味噌汁(わかめ・板麩) 米飯(150g)	赤魚の煮付け イカのしんじょ風 オクラと茗荷の和え物 清汁(麩・かいわれ) たけのこ桜えびの炊き込みご飯	オムライス ブロッコリーとツナのサラダ クリームソーダ風ゼリー コンソメスープ(インゲン・玉葱)	鶏肉のパンバンジー風 なすとベーコンの炒め物 菜の花の辛子和え 中華スープ(ネギ・コホウ) 米飯(150g)	鮭の塩焼き ひじきと大豆の煮付け 大根サラダ 味噌汁(玉葱・しいたけ) 炊き込みご飯(150g)	肉じゃが 卵焼き ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(菜の花・麩) 米飯(150g)	鯖の味噌煮 菜の花の白和え フルーツ(マンゴー缶) 清汁(とろろ昆布・かいわれ) 米飯(150g)
同2	おかき	カステラ	どら焼き	バームクーヘン	吹雪饅頭	サラダせんべい	あんドーナツ
夕	豚肉のしぐれ煮 卵の花炒め 清汁(小町麩・かいわれ) 米飯(150g)	鶏肉の照り焼き さつま揚げのソテー フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	たらのタルタル焼き いんげんと春雨の炒め物 フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	豆腐ハンバーグ 車麩と里芋の煮物 フルーツ(フルーツカクテル缶) 米飯(150g)	メンチカツ 冬瓜のほたてあんかけ フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	太刀魚の梅焼き 白菜の旨煮 りんごのコンポート 米飯(150g)	鶏肉の山椒焼き 里芋の煮ころがし もやしと三つ葉のお浸し 米飯(150g)
朝	10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
朝	ウインナーソテー フルーツ(フルーツカクテル缶) 牛乳 コンソメスープ(ほうれん草・ベーコン) レーズンロール	納豆 じゃが芋とツナの炒め物 牛乳 味噌汁(にら・えのき) 米飯(150g)	海老団子の煮物 菜の花のザーサイ和え 牛乳 ふりかけ(うめしそ) 味噌汁(玉葱・いんげん) 米飯(150g)	鶏と里芋の煮物 ほうれん草の胡麻和え 牛乳 うに風味ソース 味噌汁(長葱・なめこ) 米飯(150g)	目玉焼き 茄子の生姜醤油和え 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(厚揚げ・いんげん) 米飯(150g)	肉詰めいなり 大根サラダ 牛乳 ふりかけ(うめしそ) 味噌汁(玉葱・ほうれん草) 米飯(150g)	けんちん煮 海藻サラダ 牛乳 かつおみそ 味噌汁(玉葱・春菊) 米飯(150g)
昼	母の日カレー 福神漬・らっきょう漬 コーンスローサラダ コンソメスープ	鶏肉の甘酢あん 南瓜きんとん もやしの高菜和え 味噌汁(油あげ・みつば) 米飯(150g)	担々麺 ナスとピーマンのオイスター炒め 杏仁豆腐	たらの香草焼き れんこんサラダ ヨーグルト コンソメスープ(コーン・たまねぎ) あんバターパン	カレイの照焼き 切干大根 モロヘイヤのおかか和え 清汁(とろろ昆布・カイワレ) 米飯(150g)	豚肉のスタミナ炒め がんもの煮物 山芋の酢の物 味噌汁(なす・万葱) 米飯(150g)	ほっけの塩焼き ほうれん草と卵の炒め物 フルーツ(洋梨缶) 清汁(花ふ・三つ葉) 高菜ご飯
同2	ロールケーキ	どら焼き	クレープ(チョコ)	おかき	マドレーヌ	今川焼	黒糖まんじゅう
夕	サワラの照り焼き 小松菜とちくわの中華炒め 清汁(玉葱・わかめ) 米飯(150g)	赤魚のきのこあんかけ ごぼうと豚肉の炒め煮 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	豚肉の生姜焼き 大根の煮物 フルーツ(フルーツカクテル缶) 米飯(150g)	鯖の西京焼き 人参しりしり フルーツ(オレンジ) 米飯(150g)	タンドリーチキン ジャーマンポテト フルーツ(白桃缶) 米飯(150g)	鯖のみりん漬焼き 冬瓜のそぼろ煮 りんごのコンポート 米飯(150g)	ハンバーグ 照焼きソース キャベツとウインナーの中華炒め ピーチゼリー 米飯(150g)
朝	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
朝	スクランブルエッグ フルーツ(ぶどう缶) 牛乳 グリーンピースのポタージュ ロールパン	豚肉とナスの炒めもの なめ茸おろし 牛乳 味噌汁(白玉麩・ホウレン草) 米飯(150g)	豆腐のそぼろ煮 白菜の浅漬け風 牛乳 のり佃煮 味噌汁(椎茸・しめじ) 米飯(150g)	納豆 さつま揚げの炒め物 牛乳 味噌汁(えのき・わかめ) 米飯(150g)	つくねとオクラの塩煮 竹輪と三つ葉の和え物 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(ねぎ・春菊) 米飯(150g)	鶏肉と切干大根の煮物 とろろ芋 牛乳 味噌汁(冬瓜・小町麩) 米飯(150g)	じゃがいものそぼろ炒め ブロッコリーとカニカマのマヨサラダ 牛乳 のり佃煮 味噌汁(えのき・小松菜) 米飯(150g)
昼	鶏チリ パニナバロア 春雨サラダ わかめスープ 米飯(150g)	肉うどん キャベツとツナの炒め物 フルーツヨーグルト	たらの竜田焼き 南瓜のいとこ煮 ひじきのサラダ 味噌汁(にら・厚揚げ) 米飯(150g)	かつ丼 トマトサラダ 抹茶ようかん 味噌汁(白玉麩・春菊) 米飯(150g)	クリームシチュー 大根のコンソメ煮 キャベツのサラダ ロールパン	ガバオライス風 焼きビーフン 青りんごゼリー トマトスープ	鯖の山椒焼き ナスの南蛮漬け りんごのコンポート 味噌汁(小松菜・なめこ) 生姜と塩昆布のご飯
同2	ミルククリームせんべい	人形焼き	スイスバウム	せんべい(ぼたぼた焼き)	リングドーナツ	吹雪まんじゅう	バームクーヘン
夕	鮭のごま味噌焼き 厚揚げとピーマンの甘酢炒め 清汁(大根・大根葉) 米飯(150g)	赤魚のオニオンソース 大根のゆずみそかけ フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	豚肉と里芋のごま味噌煮 茄子の生姜炒め フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	赤魚の煮付け じゃがいものそぼろあん フルーツ(白桃缶) 米飯(150g)	干草焼き 金平ごぼう フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	鮭のマスタード焼き がんもの煮物 フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	麻婆豆腐 里芋と人参の旨煮 杏仁豆腐 米飯(150g)
朝	24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
朝	魚肉ソーセージのソテー フルーツ(黄桃缶) 牛乳 野菜スープ(コーン・アスパラ) チョコパン	鶏と大根の中華煮 ほうれん草のお浸し 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(なす・万葱) 米飯(150g)	目玉焼き キャベツの漬物 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(ほうれん草・油揚げ) 米飯(150g)	つみれといんげんの煮物 もやしとハムの中和え 牛乳 味噌汁(玉葱・絹さや) さけ粥	卵焼き オクラと山芋の和え物 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(冬瓜・かいわれ) 米飯(150g)	高野豆腐のそぼろ煮 茄子のおかか和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(花麩・春菊) 米飯(150g)	えびと春雨のソテー 白菜の浅漬け風 牛乳 のり佃煮 味噌汁(厚揚げ・玉葱) 米飯(150g)
昼	シーフードカレー 福神漬・らっきょう漬 和風大根サラダ フルーツヨーグルト	メンチカツ 炒り豆腐 春雨のナムル 味噌汁(庄内麩・椎茸) 米飯(150g)	和風たらこパスタ 海藻サラダ オレンジゼリー コンソメスープ(チンゲン菜・玉葱)	チンジャオロース 大根の旨煮 ほうれん草の和風和え 味噌汁(豆腐・わかめ) 米飯(150g)	チキン南蛮 さつまいもの甘辛炒め 小松菜の梅和え 味噌汁(なめこ・葱) 米飯(150g)	赤魚のみりん漬焼き 肉団子の中華煮 小松菜のわさび醤油和 味噌汁(えのき・ホウレンソウ) 米飯(150g)	ピピン風丼 春巻き 抹茶パニナバロア わかめスープ
同2	ミニたい焼き	ロールケーキ	あんドーナツ	どら焼き	ミニドーナツ	サラダせんべい	カステラ
夕	カレイのおろし煮 味噌汁(花麩・わかめ) 米飯(150g)	鯖の西京焼き 五目豆 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	鶏肉のボン酢焼 白菜とベーコンの中華煮 フルーツ(ぶどう缶) 米飯(150g)	鯖の味噌煮 キャベツとウインナーのコンソメ煮 フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	たらのバター醤油焼き 冬瓜のカニあんかけ フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	豚肉の生姜焼き じゃがいもの金平 フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	ホキの粒マスタード焼き 切り干し大根煮 フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)
朝	31日(日)						
朝	オムレツ フルーツ(マンゴー) 牛乳 コンソメスープ(ベーコン・玉葱) 食パン						
昼	瓦そば風 かぼちゃの天ぷら 青りんごゼリー						
同2	吹雪まんじゅう						
夕	赤魚の煮付け じゃが芋ののり塩炒め 味噌汁(小松菜・油揚げ) 米飯(150g)						