

# 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。

		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)		
朝 昼 間 夕	5月の行事食 5月2日 新茶会 5月5日 子どもの日 5月19日 岩手県郷土料理 5月26日 非常食のアルファ米 を食べてみよう!	生揚げの煮物 しらすおろし 牛乳 味噌汁(小松菜・白玉麩) 米飯(150g)	車麩と里芋の煮物 もやしのしその実和え 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(さつまいも・玉葱) 米飯(150g)	はんぺんのそぼろ煮 かぶの塩昆布和え 牛乳 梅びしお 味噌汁(豆腐・万葱) 米飯(150g)	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)		
		蒸し鶏の葱ソースかけ 茄子とベーコンのソテー 胡瓜の酢の物 味噌汁(えのき・きぬさや) 米飯(150g)	鯖のいり焼き ほうれん草と卵の炒りつけ トマトの和え物 味噌汁(だいご・小町麩) 米飯(150g)	オムライス(デミソース) エビフライ ブロッコリーとツナのサラダ コンソメスープ(インゲン・玉葱) 米飯(150g)	たらの竜田揚げ ちくわの炒め物 フルーツ(マンゴー) 清汁(とろろ昆布・板麩) 米飯(150g)		
		リングドーナツ	生菓子「あやめ」	おかき	コーヒーゼリー		
		赤魚の煮付け じゃが芋とウイナーのコンソメ煮 フルーツ(ぶどう缶) 米飯(150g)	鶏肉のクリームソースかけ キノコと肉ソーセージのソテー フルーツ(白桃缶) 米飯(150g)	からすかれいの照り焼き 白滝とつみれの煮物 フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	鶏肉のこつてり煮 卵の花炒め さつまいもの甘煮 米飯(150g)		
	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
朝 昼	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 抹茶リングパン	豚肉と里芋の煮物 大根の浅漬け風 牛乳 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)	つみれの煮物 いんげんの梅和え 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(キャベツ・麩) 米飯(150g)	さんまの生姜煮 ブロッコリーともやしおかか和え 牛乳 うに風味ソース 味噌汁(なす・白玉麩) 米飯(150g)	肉団子と小松菜の煮物 かぶのおかか和え 牛乳 味噌汁(油揚げ・長葱) たまご粥	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)
	松風焼き 茶碗蒸し ナスとオクラの酢醤油和え 若竹汁 えだまめご飯	かき揚げそば (コロッケ) チキンチキンごぼう ぶどうゼリー ※麺類はご飯・汁付き	鶏肉のバンバンジー風 なすとベーコンの炒め物 菜の花の辛子和え コンソメスープ(コーン・たまねぎ) 米飯(150g)	鯖の味噌煮 ほうれん草の白和え えのきと三つ葉のお浸し 清汁(とろろ昆布) 米飯(150g)	ポークカレー 福神漬・らっきょう漬 大根サラダ コーンスープ	鮭のバター醤油焼 卵の花炒め コールスローサラダ 味噌汁(玉葱・しいたけ) 米飯(150g)	メンチカツ 炒り豆腐 りんごのコンポート 野菜スープ(アスパラ・玉葱) 米飯(150g)
間	マドレーヌ	黒ごまプリン	バームクーヘン	吹雪饅頭	エクレア	抹茶ババロア	カステラ
夕	海鮮シューマイ いんげんと春雨の炒め物 清汁(小町麩・かいわれ) 米飯(150g)	豆腐ハンバーグ さつまいものソテー りんご缶 米飯(150g)	たらのタルタル焼き ちくわと切り昆布の煮付け フルーツ(フルーツカクテル缶) 米飯(150g)	肉じゃが 冬瓜のほたてあんかけ フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	カラスカレイの梅焼き 白菜と春雨の旨煮 フルーツ(ぶどう缶) 米飯(150g)	鶏肉の山椒焼き 里芋の煮ころがし フルーツ(マンゴー缶) 米飯(150g)	メヌケの照り焼き 白滝とちくわの中華炒め 山芋の酢の物 米飯(150g)
	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
朝 昼	ウイナーソテー フルーツ(フルーツカクテル缶) 牛乳 コンソメスープ(チンゲン菜・ レーズンロール)	鶏と里芋の煮物 はんぺんのたらこ和え 牛乳 ふりかけ(うめしそ) 味噌汁(油揚げ・いんげん) 米飯(150g)	海老団子の煮物 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)	さつまいものソテー 茄子の生姜醤油和え 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(玉葱・絹さや) 米飯(150g)	納豆 大根金平 味噌汁(なす・しいたけ) 米飯(150g)	目玉焼き なめ茸おろし 牛乳 味噌汁(冬瓜・ほうれん草) 米飯(150g)	ちくわの炒め煮 白菜のしその実和え 牛乳 かつおみそ 味噌汁(玉葱・春菊) 米飯(150g)
	タンダリーチキン 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)	ぶりの煮つけ ナスとピーマンのオイスター炒め かぶとハムのコンソメ煮 清汁(とろろ昆布・かいわれ) 米飯(150g)	カラスカレイの照焼き 炒り豆腐 もやしの高菜和え 味噌汁(菜の花・麩) 米飯(150g)	鶏肉のソテー ほうれん草と卵のソテー ひじきの白和え 清汁(花ふ・みつば) 米飯(150g)	しらすと卵の二色丼 肉団子の甘酢あん フルーツヨーグルト 清汁(ナルト・大根葉) 米飯(150g)	味噌カツ がんもの煮物 胡瓜ともやしの中華和え 清汁(万葱・とろろ昆布) 米飯(150g)	メヌケのごま味噌焼き 中華風ナムル フルーツ(みかん缶) わかめスープ 米飯(150g)
間	人形焼	クレープ(チョコ)	おかき	杏仁豆腐	今川焼	乳菓まんじゅう	ワッフル
夕	蒸し赤魚の葱ソース ごぼうと豚肉の炒め煮 清汁(玉葱・三つ葉) 米飯(150g)	揚げ出し豆腐 きのこあん かニと春雨の旨煮 フルーツ(フルーツカクテル缶) 米飯(150g)	豚肉の生姜焼き 大根の煮物 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	たらの味噌マヨ焼き ジャーマンポテト フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	鶏肉の柚子胡椒焼き 金平ごぼう フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	鯖の塩焼き キャベツとウイナーの中華炒め フルーツ(黄桃缶) コーンご飯(150g)	ハンバーグ 照焼きソース 厚揚げとピーマンの甘酢炒め ほうれん草の胡麻和え 米飯(150g)
	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
朝 昼	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	肉詰めいなり しらすと胡瓜の和え物 牛乳 味噌汁(なめこ・ほうれん草) のり佃煮 米飯(150g)	納豆 さつまいもの炒め物 牛乳 味噌汁(えのき・わかめ) 米飯(150g)	キャベツとツナの旨煮 かまぼこと三つ葉の和え物 牛乳 味噌汁(ねぎ・春菊) おかかご飯(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)	目玉焼き ブロッコリーとカニカマの梅和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁(えのき・小松菜) 米飯(150g)	つみれといんげんの煮物 かぶの浅漬け風 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(なす・万葱) 米飯(150g)
	【岩手県郷土料理】 盛岡じゃじゃ麺 (カレイのじゃじゃ味噌のせ) すき昆布の煮物 まめぶ汁 ※麺類はご飯付き	とんかつ卵とじ煮 白滝とニラのソテー フルーツ(白桃缶) 味噌汁(なす・万葱) 米飯(150g)	メヌケの煮付け 大根のゆずみそかけ トマトサラダ 清汁(とろろ昆布・かいわれ) 米飯(150g)	鶏肉のクリーム煮 かぶとハムのうま煮 和風大根サラダ コンソメスープ(チンゲン菜・玉葱) 米飯(150g)	鮭のちらし寿司 はんぺんチーズフライ 青りんごゼリー 味噌汁(わかめ・長葱) 米飯(150g)	八宝菜 はんぺんの中華煮 春雨のナムル 味噌汁(キヌサヤ・花麩) 米飯(150g)	チキンカレー 福神漬・らっきょう漬 キャベツとツナのマヨサラダ フルーツヨーグルト
間	シュークリーム	水ようかん	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	コーヒーゼリー
夕	カラスカレイのオニオンソース かぶのそぼろあんかけ スープ(ベーコン・チンゲン) 米飯(150g)	たらの梅焼き 里芋の煮物 卵の花炒め コーンスープ 米飯(150g)	蒸し豚のごまだれソース じゃが芋と玉葱のソテー 杏仁豆腐 米飯(150g)	千草焼き ひじきと大豆の煮物 フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	豚肉のケチャップ炒め ナスのさつぱり煮 フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)	蒸し赤魚の香味ソースかけ じゃがいもの金平 りんご缶 米飯(150g)	エビマヨ 炒り豆腐 フルーツ(バナナ) 米飯(150g)
	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
朝 昼	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	鶏とかぶの中華煮 キャベツの漬物と和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(ほうれん草・油揚) 米飯(150g)	えびと春雨のソテー もやしとハムの中華和え 牛乳 味噌汁(玉葱・絹さや) さけ粥	イワシの梅煮 かまぼとみつばの和風和え 牛乳 たまご風味ソース 味噌汁(わかめ・花麩) 米飯(150g)	さつまいもと玉ねぎの炒め物 茄子のおかか和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(長ねぎ・えの) 米飯(150g)	目玉焼き 白菜の浅漬け風 牛乳 のり佃煮 味噌汁(春菊・玉葱) 米飯(150g)	
	鯖のゆず胡椒焼き 南瓜のいとこ煮 胡瓜の高菜和え 味噌汁(小松菜・なめこ) アルファ米(わかめご飯)	ミートソースパゲティ (オムレツのミートソースかけ) 海藻サラダ オレンジゼリー コーンスープ ※麺類はご飯付き	カラスカレイのおろし煮 はんぺんバター 春菊の柚子香和え 味噌汁(なす・庄内麩) 米飯(150g)	鶏肉のピカタ さつまいもの甘煮 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(なめこ・葱) 米飯(150g)	鯖の味噌漬焼き 肉団子の中華煮 白菜の梅和え わかめスープ 米飯(150g)	三色井 かにシューマイ 抹茶ババロア 味噌汁(わかめ・青梗菜)	
間	ヨーグルトババロア	あんドーナツ	手作りプリン	チョコバウム	サラダせんべい	カステラ	
夕	鶏肉のボン酢焼 ビーフン炒め 味噌汁(冬瓜・花麩) 米飯(150g)	鯖の味噌焼き 里芋と人参の旨煮 フルーツ(ぶどう缶) 米飯(150g)	麻婆豆腐 切り昆布の煮物 フルーツ(みかん缶) 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(マンゴー) 米飯(150g)	豚肉とトマトの卵炒め キャベツとウイナーのコンソメ煮 りんご缶 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)	

