月間献立表

常食(A)

日付					05月01日(金)	05月02日(土)	05月03日(日)
朝					食パン 90 和風ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ジャム コンソメスープ(もやし･ﾜｶﾒ) 乳酸菌飲料	御飯 150 厚揚げと青菜の煮物 ふりかけ みそ汁(さつま芋･かぶ葉) 牛乳	御飯 150 ｳｲﾝﾅｰｿｰｾｰ のり佃煮 みそ汁(ほうれん草･うずまき麩) ヨーグルト
昼					御飯 150 さわらのﾊﾞﾀｰ醤油焼き 付)そら豆 白菜の煮浸し フルーツ缶(パイン) みそ汁(大根･大根葉)	御飯 150 照り焼きﾁｷﾝ 付)ﾅﾎﾟﾘﾀﾝ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ ゼリー(キウイ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(小松菜･ﾍﾞｰｺﾝ)	御飯 150 さばのみそ焼き 付)ﾁﾝｹﾞﾝ菜 切干大根の炒め煮 フルーツ缶(ミックス) お吸物(豆腐･ねぎ)
15時食					おやつ(コーヒーサンド)	おやつ(チョコクレープ)	おやつ(水ようかん)
夕					御飯 150 松風焼き 付)いんげん なすの炒め物 ほうれん草のお浸し	御飯 150 ほっけの七味焼き 付)畑菜 ひじきの煮物 長芋とろろ	御飯 150 豚肉の生姜焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ちくわとかぶの煮物 白菜のゆかり和え

日付	05月04日(月)	05月05日(火)	05月06日(水)	05月07日(木)	05月08日(金)	05月09日(土)	05月10日(日)
朝	御飯 150 さつま揚げと里芋の煮物 ふりかけ みそ汁(玉葱･ﾜｶﾒ) 牛乳	ロールパン2個 お魚ｿｰｾｰｼﾞと青菜の炒め物 ジャム コンソメスープ(白菜･ねぎ) 牛乳	御飯 150 豆腐ﾁｬﾝﾌﾟﾙ ふりかけ みそ汁(冬瓜･大根葉) 牛乳	食パン 90 だし巻卵 付)ﾁﾝｹﾞﾝ菜 ジャム ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(さつま芋･油揚げ) 乳酸菌飲料	御飯 150 フィッシュボールの煮物 ふりかけ みそ汁(玉葱･大根葉) ヨーグルト	御飯 150 豆腐のそぼろ煮 金山寺みそ みそ汁(里芋･ﾜｶﾒ) 牛乳	御飯 150 野菜つみれとかぶの煮物 ふりかけ みそ汁(玉葱･油揚げ) 乳酸菌飲料
昼	御飯 150 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(パイン) みそ汁(もやし･畑菜)	茶そば 薬味 桜海老のかき揚げ だし巻き玉子 きなこムース	御飯 150 ﾌﾟﾙｺｷﾞ ほうれん草のﾅﾑﾙ フルーツ(バナナ) 中華ｽｰﾌﾟ(春雨･ﾜｶﾒ)	御飯 150 さわらのごま味噌焼き 付)ふき･花人参 かぶのくず煮 フルーツ缶(マンゴー) お吸物(しめじ･うずまき麩)	鶏南蛮うどん さつま揚げとごぼうの炒め 卵豆腐 ゼリー(キウイ)	御飯 150 ﾒﾊﾞﾙの生姜煮 付)大根･いんげん ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとえびの和え物 フルーツ(オレンジ) みそ汁(ﾁﾝｹﾞﾝ菜･おつゆ麩)	二色丼 なすの炒め物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(小松菜･椎茸)
15時食	おやつ(ライチゼリー)	おやつ(カーブゼリー)	おやつ(きなこパンケーキ)	おやつ(すんだどら焼き)	おやつ(ドームケーキこしあん)	おやつ(ロールケーキいちご)	おやつ(パニラババロア)
夕	御飯 150 黄金かれいの煮付け 付)南瓜･ｵｸﾗ 豚肉と根菜の炒め物 温泉卵	御飯 150 豚肉の玉葱ｿｰｽかけ たれ) 付)ﾋﾟｰﾏﾝ 大根と油揚げの煮物 ｷｬﾍﾞﾂの磯和え	御飯 150 あじの香味焼き 付)人参きんぴら 里芋の煮っころがし ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのゆず醤油和え	御飯 150 鶏肉の照りﾏﾖ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 畑菜のなめたけ和え	御飯 150 さばの七味焼き 付)しろな 肉じゃが ｵｸﾗのおかかﾎﾟﾝ酢和え	御飯 150 豚肉とﾋﾟｰﾏﾝのｵｲｽﾀｰｿｰｽ炒め かに焼売 ｷｬﾍﾞﾂの塩昆布和え	御飯 150 しいらのﾄﾏﾄｿｰｽ ﾄﾏﾄｿｰｽ) 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ じゃが芋のｶﾚｰ炒め 白菜ｻﾗﾀﾞ

日付	05月11日(月)	05月12日(火)	05月13日(水)	05月14日(木)	05月15日(金)	05月16日(土)	05月17日(日)
朝	御飯 150 卵とじ たいみそ みそ汁(さつま芋･貝割) 牛乳	黒糖ロール ｳｲﾝﾅｰｿｰｾｰ ジャム ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(もやし･うずまき麩) 乳酸菌飲料	御飯 150 がんもと大根の煮物 のり佃煮 みそ汁(里芋･長葱) 牛乳	食パン 90 ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ 付)畑菜 ジャム コンソメスープ(かぶ･ﾜｶﾒ) ヨーグルト	御飯 150 炒り豆腐 うめびしお みそ汁(じゃが芋･玉葱) 乳酸菌飲料	御飯 150 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ふりかけ みそ汁(冬瓜･畑菜) 牛乳	御飯 150 厚揚げとかぶの含め煮 金山寺みそ みそ汁(さつま芋･大根葉) 牛乳
昼	御飯 150 揚げ鶏の香味ｿｰｽ 香味ｿｰｽ) 付)いんげん･ﾄﾏﾄ 南瓜のごま和え フルーツ缶(ミックス) みそ汁(大根･大根葉)	御飯 150 ほっけのねぎ醤油焼き 付)しろな 高野豆腐の含め煮 フルーツ缶(パイン) みそ汁(玉葱･ﾜｶﾒ)	炒飯 焼きぎょうざ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ ｾﾞﾘｰ 中華ｽｰﾌﾟ(ﾁﾝｹﾞﾝ菜･椎茸)	御飯 150 ﾌﾗｲ二種盛り ｿｰｽ) 付)ｷｬﾍﾞﾂ 冬瓜の信田煮 季節のフルーツ(メロン) みそ汁(もやし･貝割)	御飯 150 ますの西京焼き 付)ふき･花麩 さつま揚げといんげんの炒め物 フルーツ缶(マンゴー) お吸物(小松菜･えのき)	きつねそば 天ぷら二種盛り 付)ｵｸﾗ 白菜のゆかり和え フルーツ(バナナ)	豆御飯 赤魚の野菜あんかけ 菜の花のﾋﾟｰﾅｯﾂ和え フルーツ(オレンジ) お吸物(花麩･貝割)
15時食	おやつ(炭酸饅頭)	おやつ(カステラ)	おやつ(プチケーキ)	おやつ(マスカットゼリー)	おやつ(黒糖饅頭)	おやつ(抹茶パンケーキ)	おやつ(メロンムース)
夕	御飯 150 あじの塩麹焼き 付)ｵｸﾗ･花人参 ﾁﾝｹﾞﾝ菜の炒め物 冷奴	御飯 150 ﾐｰﾄﾛｰﾌ ｿｰｽ) 付)ﾊﾟｽﾀ かぶのｺﾝｿﾒ煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ	御飯 150 さわらの山椒焼き 付)そら豆 卯の花 菜の花のくるみ和え	御飯 150 親子煮 きんぴらごぼう ほうれん草とﾂﾅの和え物	御飯 150 豚肉と野菜の甘辛炒め 里芋の含め煮 ﾁﾝｹﾞﾝ菜とｶﾆｶﾏのお浸し	御飯 150 さばの南部焼き 付)しろな ひじきの煮物 ｷｬﾍﾞﾂのﾚﾓﾝｻﾗﾀﾞ	御飯 150 豚肉の葱塩炒め ﾁﾝｹﾞﾝ菜とえびの旨煮 ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｻﾗﾀﾞ

日付	05月18日(月)	05月19日(火)	05月20日(水)	05月21日(木)	05月22日(金)	05月23日(土)	05月24日(日)
朝	御飯 150 お魚ｿｰｾｰｼﾞの炒め物 ふりかけ みそ汁(豆腐･かぶ葉) 乳酸菌飲料	食パン 90 ｵﾑﾚﾂ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ジャム コンソメスープ(もやし･ねぎ) 牛乳	御飯 150 さつま揚げと青菜の炒め煮 ふりかけ みそ汁(玉葱･しめじ) 乳酸菌飲料	御飯 150 じゃが芋のそぼろ炒め うめびしお みそ汁(冬瓜･大根葉) 牛乳	食パン 90 お揚げの卵とじ ジャム コンソメスープ(里芋･貝割) ヨーグルト	御飯 150 がんもとかぶの煮物 ふりかけ みそ汁(しろな･うずまき麩) 牛乳	御飯 150 炒り豆腐 うめびしお みそ汁(玉葱･大根葉) 牛乳
昼	御飯 150 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾃﾞﾐｿｰｽ) 付)人参ｸﾞﾗｯｾ･ﾎﾟﾃﾄ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｶﾆｶﾏのｻﾗﾀﾞ ゼリー(キウイ) ｺｰﾝﾎﾟﾀｰｼﾞｭｽｰﾌﾟ	御飯 150 あじの七味焼き 付)畑菜 里芋とちくわの炒め煮 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(白菜･大根葉)	御飯 150 豚肉のｶﾚｰ炒め かぶとえびの含め煮 フルーツ(バナナ) みそ汁(小松菜･うずまき麩)	御飯 150 たらのﾊﾞﾀｰ醤油焼き 付)人参きんぴら ほうれん草の錦糸和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐･ﾜｶﾒ)	御飯 150 鶏肉のﾀﾙﾀﾙ焼き 付)ﾅﾎﾟﾘﾀﾝ ﾂﾅとﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物 フルーツ缶(パイン) みそ汁(もやし･かぶ葉)	ﾊﾔｼﾗｲｽ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ ﾖｰｸﾞﾙﾄﾃﾞｻﾞｰﾄ ﾋﾟｸﾙｽ	御飯 150 さわらの金山寺味噌焼き 付)小松菜 卵豆腐のあんかけ フルーツ(オレンジ) お吸物(かまぼこ･ねぎ)
15時食	おやつ(いちご蒸しパン)	おやつ(酒饅頭)	おやつ(人形焼き)	おやつ(ドームケーキ)	おやつ(もみじまんじゅう)	おやつ(いちごムース)	おやつ(バームクーヘン)
夕	御飯 150 しいらのﾊﾞｼﾞﾙ焼き 付)ﾋﾟｰﾏﾝ 冬瓜の洋風煮 ｵｸﾗのゆず醤油和え	御飯 150 鶏肉の唐揚げ 付)いんげん ぜんまい煮 ほうれん草の白和え	御飯 150 千草焼き 和風あん) なすの煮物 ｶﾘﾌﾗﾜｰの和え物	御飯 150 豚肉のﾎﾟﾝ酢炒め さつま芋と昆布の煮物 二色浸し	御飯 150 白身魚の野菜あんかけ 付)いんげん かぼちゃの煮物 大根の香味和え	御飯 150 ほっけの漬け焼き 付)ｵｸﾗ ふきの煮物 ほうれん草のごま和え	御飯 150 ﾒﾝﾁｶﾂ ｿｰｽ) 付)温野菜 きんぴらごぼう 白菜の磯和え

日付	05月25日(月)	05月26日(火)	05月27日(水)	05月28日(木)	05月29日(金)	05月30日(土)	05月31日(日)
朝	御飯 150 厚焼き卵 付)畑菜 ふりかけ(しそ) みそ汁(冬瓜･しめじ) 乳酸菌飲料	御飯 150 豆腐のそぼろ煮 のり佃煮 みそ汁(里芋･かぶ葉) 乳酸菌飲料	ロールパン2個 ﾁﾝｹﾞﾝ菜とﾍﾞｰｺﾝの炒め物 ジャム コンソメスープ(もやし･貝割) 牛乳	御飯 150 さつま揚げの炒め煮 たいみそ みそ汁(さつま芋･長葱) 牛乳	御飯 150 厚揚げとかぶの含め煮 ふりかけ みそ汁(畑菜･玉葱) 乳酸菌飲料	食パン 90 卵とじ ジャム コンソメスープ(豆腐･ﾜｶﾒ) 牛乳	御飯 150 里芋のそぼろ煮 うめびしお みそ汁(もやし･かぶ葉) 牛乳
昼	お赤飯 天ぷら盛り合わせ 天つゆ 京風五目豆腐の含め煮 菜の花のお浸し お吸い物(花麩･ねぎ)	御飯 150 八宝菜 焼売 ゼリー(キウイ) 中華ｽｰﾌﾟ(春雨･ﾜｶﾒ)	御飯 150 あじの南蛮漬け なすの揚げ浸し フルーツ缶(黄桃) みそ汁(冬瓜･ねぎ)	ﾎﾀﾃのﾋﾟﾗﾌ 洋風卵焼き ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ ｾﾞﾘｰ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(小松菜･えのき)	あさりとｷｬﾍﾞﾂのたまごとじ丼 揚げ出し豆腐 菜の花のごま和え お吸い物(花麩･長葱)	御飯 150 ﾁｷﾝｶﾂ 付)ｷｬﾍﾞﾂ･ﾄﾏﾄ ｿｰｽ) 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(パイン) みそ汁(ほうれん草･うずまき麩)	御飯 150 豚肉のゆず醤油炒め ﾐﾓｻﾞｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(ミックス) みそ汁(小松菜･油揚げ)
15時食	おやつ(誕生日ケーキ)	おやつ(カスタードケーキ)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(オレンジゼリー)	おやつ(焼ドーナツ)	おやつ(味噌まんじゅう)	おやつ(ぶどうムース)
夕	御飯 150 鶏肉のﾁｰｽﾞｿｰｽ 付)いんげん ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ	御飯 150 しいらの和風ﾑﾆｴﾙ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ﾚﾊﾞｰの炒め物 ｷｬﾍﾞﾂのゆかり和え	御飯 150 肉豆腐 温泉卵 畑菜のおかか和え	御飯 150 ますの生姜醤油焼き 付)ｵｸﾗ 切干大根の煮物 ほうれん草としめじの和え物	御飯 150 鶏肉の玉葱ｿｰｽ 玉葱ｿｰｽ) 付)ﾁﾝｹﾞﾝ菜 里芋の煮っころがし いんげんの和風ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え	御飯 150 赤魚の香味焼き 付)そら豆 肉じゃが ｵｸﾗとえのきのﾎﾟﾝ酢和え	御飯 150 白身魚のﾏｽﾀｰﾄﾞ焼き 付)ﾋﾟｰﾏﾝ 高野豆腐の含め煮 しろなの磯和え

❀イベントメニュー❀

○5/5(火) 子供の日メニュー○

○5/14(木) 季節の果物(メロン)○

○5/25(月) お誕生日メニュー○

○5/29(金) おでかけランチ あさりとキャベツの玉子とじ丼○