

予定献立表 令和 7 年 5 月



※食材の都合等による献立の変更があります

	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	
朝	米飯 ・ぶりのみぞれ揚げ ・ちくわと昆布煮 ・鉄之助フリカ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・厚焼玉子 ・豆ひじき ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・冷やっこ ・(しょうゆ) ・れんこんマリネ ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・納豆 ・切干大根煮 ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・めかぶ ・大豆五目煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・魚の塩焼き ・金平ごぼう ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・たまご豆腐 ・(たまご豆腐のタレ) ・ひじき煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・鰯の生姜煮 ・れんこんの梅和え ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・もずく ・切干大根煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・めかぶ ・豆ひじき ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	
昼	・赤飯 ・干草焼き ・(付) ・梅なめ茸和え ・清汁 ・デザート	・冷やし中華 ・焼売 ・キャベツの和え物 ・中華スープ ・デザート	・パン ・魚のムニエル ・(付) ・アスパラのサラダ ・クラムチャウダー ・デザート	・オムライス ・鶏肉アスパラチーズ ・(付) ・コンソメスープ ・デザート	・ちらし寿司 ・フライ ・(付) ・汁もの ・デザート 	米飯 ・鶏肉の南蛮漬け ・コロッケ ・(付) ・白菜と豚肉のコンソメ煮 ・コンソメスープ ・デザート	米飯 ・魚のタルタル焼き ・(付) ・白菜と豚肉のコンソメ煮 ・コンソメスープ ・デザート	米飯 ・ビビンバ ・大根のナムル ・中華スープ ・デザート	・野菜ラーメン ・餃子 ・(付) ・デザート	・パン ・魚のグラタン風 ・南瓜サラダ ・トマトスープ ・デザート	
タ	米飯 ・鮭のバター醤油 ・揚げ出し豆腐 ・ミニ焼きそば ・白菜のあっさり和え	米飯 ・豚しゃぶの柚子おろ ・ほうれん草の和え物 ・春巻き ・南瓜マッシュポテト	米飯 ・ビーフカツ ・人参サラダ ・クリームスパゲティー ・青梗菜の洋風和え	米飯 ・白身魚のバイタン鍋風 ・蓮根・枝豆の甘辛炒め ・春巻き ・ヒジキとエノキの中華和え	米飯 ・牛肉のスタミナ炒め ・チキンリング ・塩レモン春雨 ・のり塩大根	米飯 ・広東風かに玉 ・やみつき人参 ・春雨炒め ・青梗菜の中華和え	米飯 ・鶏肉の玉葱ソース ・(付) ・さつま芋の温サラダ ・清汁	米飯 ・魚のムニエル ・(付) ・茄子のさっぱり炒め ・コンソメスープ	米飯 ・魚のレモン蒸し ・(付) ・豆とツナのサラダ ・コンソメスープ	米飯 ・豚肉の生姜焼き ・野菜炒め ・スパゲティー ・小松菜とツナのサラダ	
	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	
朝	米飯 ・納豆 ・鶏肉とれんこん ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・みりん焼き ・ひじき煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・温泉卵 ・(温泉卵のタレ) ・れんこんマリネ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・はんぺんチーズ ・ちくわと昆布煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・たまご豆腐 ・(たまご豆腐のタレ) ・豆ひじき ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・めかぶ ・大豆五目煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・鶏ごぼう入りバーグ ・いかと白菜の中華 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・納豆 ・ちくわと昆布煮 ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・温泉卵 ・(温泉卵のタレ) ・切干大根煮 ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・オムレツ ・豆ひじき ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	
昼	・米飯 ・から揚げ ・(付) ・大根サラダ ・清汁 ・デザート	・パスタ ・サラダ ・ポトフ風 ・デザート	米飯 ・魚のパン粉焼き ・(付) ・里芋味噌煮 ・清汁 ・デザート	米飯 ・鶏肉のマーマレード焼き ・玉葱の味噌和え ・清汁 ・デザート	米飯 ・牛肉の塩昆布炒め ・冬瓜のあんかけ ・沢煮碗 ・デザート	米飯 ・木の葉丼 ・鰯の梅煮 ・(付) ・みそ汁 ・デザート	・パン ・魚のピザ風 ・(付) ・コールスローサラダ ・パスタスープ ・デザート	米飯 ・ハヤシライス ・ブロッコリーの和風サラダ ・デザート	米飯 ・魚の甘酢和え ・とろろ芋 ・みそ汁 ・デザート	米飯 ・魚の焼き漬け ・(付) ・マカロニサラダ ・みそ汁 ・デザート	
タ	米飯 ・タラと山芋焼き ・小松菜のあんがらめ ・鶏ねぎ黒胡椒メンチ ・ヒジキと枝豆の炒め煮	米飯 ・治部煮 ・くるみ白和え ・みそ汁	米飯 ・鶏肉の梅ソース ・(付) ・あさりと大根の煮付 ・清汁	米飯 ・魚の味噌煮 ・(付) ・春菊のごま和え ・清汁	米飯 ・シーフードカレー ・カリフラワーのマリネ ・デザート	・麻婆豆腐丼 ・もやしのナムル ・中華スープ	米飯 ・鶏肉の香味ソース ・春雨の中華煮 ・チヂミ ・切干大根のサラダ	米飯 ・サーモンのパセリ粉焼き ・(付) ・春雨のピリ辛和え ・厚揚げのカレー煮 ・彩りマッシュポテト	米飯 ・鶏肉のくわ焼き ・ほうれん草トマトサラダ ・清汁	米飯 ・回鍋肉 ・焼売 ・中華スープ	
	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
朝	米飯 ・もずく ・金平ごぼう ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・たまご豆腐 ・(たまご豆腐のタレ) ・大豆五目煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・ししゃも ・肉詰めいなり ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・もずく ・金平ごぼう ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・納豆 ・チキンカツ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・鰯の梅煮 ・大豆五目煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・鰯の梅煮 ・(温泉卵のタレ) ・ひじき煮 ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・めかぶ ・れんこんの梅和え ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・冷やっこ ・(しょうゆ) ・鶏肉とれんこん ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・もずく ・ちくわと昆布煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳	米飯 ・ささみの甘辛ダレ ・切干大根煮 ・鉄之助フリカケ ・みそ汁 ・牛乳
昼	米飯 ・豆腐のツナグラタン ・レバーのしぐれ煮 ・若竹汁 ・デザート	米飯 ・カツ丼 ・あちゃら風 ・清汁 ・デザート	・月見うどん ・豆腐ふわふわ ・(付) ・デザート	・パン ・魚のチーズムニエル ・(付) ・ポテトサラダ ・コンソメスープ ・デザート	米飯 ・鶏肉のレモン風味漬け ・大根五目あえ ・清汁 ・デザート	米飯 ・魚のみぞれ煮 ・(付) ・チャブチェ ・清汁 ・デザート	・ざるそば ・天ぷら ・天つゆ ・キャベツの酢の物 ・デザート	米飯 ・中華風味味噌焼き ・(付) ・焼き茄子 ・清汁 ・デザート	米飯 ・イタリアンオムレツ ・(付) ・白菜サラダ ・コンソメスープ ・デザート	米飯 ・鶏肉のバター醤油 ・ミルク煮 ・レモンスープ ・デザート	・パン ・魚のトマトクリームソース ・(付) ・ほうれん草のソテー ・コンソメスープ ・デザート
タ	米飯 ・ちゃんちゃん焼 ・乾物の和え物 ・清汁	米飯 ・魚の塩焼き ・(付) ・おくらの塩昆布和え ・清汁	米飯 ・洋風肉じゃが ・茄子さっぱり炒め ・コンソメスープ	米飯 ・鶏つくねの味噌だれ ・れんこんのサラダ ・あじの大葉フライ ・ヒジキ・エノキの中華炒め	米飯 ・メバルの幽庵焼き ・春雨の中華煮 ・鶏天 ・蓮根の山椒味噌和え	米飯 ・ふわふわ団子のトマト煮 ・サラダ ・コンソメスープ	米飯 ・魚のチーズパン粉焼き ・(付) ・ハムのマリネ ・コンソメスープ	米飯 ・カレー ・ブロッコリーのサラダ ・ヨーグルト	米飯 ・魚のソース煮 ・(付) ・辛子和え ・清汁	米飯 ・魚の照焼き ・(付) ・胡瓜・里芋の明太サラダ ・中華スープ	米飯 ・ハンバーグの和風あん ・キャベツのツナマヨサラダ ・高野豆腐の含め煮 ・小松菜のピーナッツ和え