

5月予定献立表

	日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4	
朝食				ご飯 えびつみれ煮 オクラの湯葉和え 味噌汁(卵・アサギ) 白桃&ヤクルト	ご飯 鯛の梅煮 野菜の辛子和え 味噌汁(キャベツ・椎茸) キウイフルーツ	ご飯 目玉焼き ほうれん草ソテー 味噌汁(蕪・蕪の葉) みかん&ヤクルト	ご飯 ポイルウインナー キャベツのゆかり和え 味噌汁(玉葱・じゃが芋) アロエヨーグルト	
昼食				～カツオ御膳～ ご飯 カツオたたき・刺身 ひじきと青菜の白和え 長芋サラダ 清まし汁(アサ・長葱)	ご飯 鶏肉の照り焼き 里芋ピーナツ和え 桜漬 味噌汁(えのき・長葱)	～憲法記念日祝膳～ 赤飯(炊き込み) 赤魚の西京焼き 豆乳彩り饅頭の銀あんかけ 春雨サラダ ハマグリ潮汁	～みどりの日祝膳～ 菜飯(混ぜ) 空豆コロッケ ほうれん草お浸し 胡瓜の酢の物 清まし汁(茶ワウチ・カワ) 抹茶ようかん	
夕食				ご飯 ぶた大根 蓮根サラダ そら豆の塩茹で 味噌汁(ワカ・菜・高野豆腐)	ご飯 カレイの田楽味噌だれ 茄子とピーマンおかか和え 白花豆煮 清まし汁(トウモロコシ・油揚げ)	ご飯 炒り鶏 枝豆の白和え もやしの磯和え 味噌汁(大根・アサギ)	牛丼 さつま芋レーズン煮 かぶのぬか漬 味噌汁(ワカ・ネギ)	
3時				お楽しみおやつ	どら焼き	パウムクーヘン(チョコ)	星たべよ	
	5	6	7	8	9	10	11	
朝食	ご飯 車麩煮 豆たっぷりサラダ 味噌汁(舞茸・カワ) 黄桃&ヤクルト	ご飯 サンマの生姜煮 茄子とインゲンのマヨ和え 味噌汁(サマ仔・アサギ) パイン&ヤクルト	ご飯 魚肉ソーセージ炒め煮 わさび菜のお浸し 味噌汁(白菜・油揚げ) カワ強くするヨーグルト	ご飯 南瓜の鶏そぼろあん とろろ 味噌汁(渦巻き麩・アサギ) オレンジ	ご飯 納豆(ssは温泉卵) 茄子の煮びたし 味噌汁(しめじ・長葱) ブルーベリー&ヤクルト	ご飯 生揚げの煮物 海藻サラダ 味噌汁(ジャガ芋・ネギ) ヨーグルト(ブルーベリー)	ご飯 さんまみぞれ煮 キャベツの胡桃和え 味噌汁(花麩・アサギ) パイン&ヤクルト	
昼食	～端午の節句祝膳～ ご飯 スズキの塩焼き 若竹煮 青菜とコーンの塩炒め こどもの日日向夏ゼリー 清まし汁(高野豆腐・ミツバ)	焼きそば ご飯 小松菜ごま和え とまととしらすの二杯酢 ワカメと豆腐スープ	ご飯 筑前煮 春雨とかにの酢の物 かぶの即席漬 味噌汁(小松菜・長葱)	ご飯 ～アイナメ煮付け～ アスパラの胡桃和え 高菜漬 味噌汁(水菜・エノ)	ご飯 ねぎ塩豚炒め ごぼう土佐煮 三色豆 清まし汁(ウズマキ・カワ)	～トッピングバイキング～ バターロール トッピング 煮込みハンバーグ 海老入りサラダ オレンジジュース	ご飯 牛肉と根菜の煮物 いんげん菜種和え 大根の即席漬 味噌汁(玉ねぎ・三つ葉)	
夕食	ご飯 野菜入り玉子焼き ぜんまい炒め煮 大根の塩昆布和え 味噌汁(オム麩・長葱) 栞餅	ご飯 鮭の幽庵焼き 野菜の梅酢和え 胡瓜ぬか漬 味噌汁(花麩・長葱)	ご飯 サバの塩焼き 青梗菜とさつま揚げ炒め煮 胡麻豆腐(柚子味噌) 清まし汁(白玉麩・椎茸)	ご飯 鶏肉の松風焼き 青菜なめたけ和え うぐいす煮豆 清まし汁(トウモロコシ・カワ) ドーナツ(カスタード)	ご飯 ブリの煮付け さつま芋とりんご甘煮 のり佃煮 味噌汁(ネギ・アサギ) ぶどうゼリー	ご飯 太刀魚の幽庵焼き オクラの胡麻和え 赤かぶ漬 清まし汁(ワカ・カワ) キットカット	ご飯 スズキの塩麩焼き 鶏ささみと白菜の和え物 しそ昆布佃煮 清まし汁(なめこ・長葱) 今川焼き	
	12	13	14	15	16	17	18	
朝食	ご飯 鮭の照り焼き ブロッコリーわさび和え 味噌汁(渦巻き麩・長葱) 白桃&ヤクルト	ご飯 高野豆腐含め煮 オクラの湯葉和え 味噌汁(ホウ草・玉葱) 黄桃&ヤクルト	ご飯 鶏五目豆 大根の梅肉和え 味噌汁(ワカ・長葱) カワ強くするヨーグルト	ご飯 いわしゆずみそ煮 ひじき煮 味噌汁(青梗菜・長葱) みかん&ヤクルト	ご飯 オムレツ いんげんのピーナツ和え 味噌汁(ナメコ・長葱) マンゴー	ご飯 大根のそぼろ煮 小松菜のツナマヨ和え 味噌汁(ワカ・玉葱) パイン&ヤクルト	ご飯 明太子 野菜大豆煮 味噌汁(シジメ・アサギ) アロエヨーグルト	
昼食	ご飯 千草焼き わか草とハムのソテー 白花豆煮 味噌汁(南瓜・アサギ)	～入居～ ご飯 豚肉のカレー炒め 蓮根サラダ かぶのレモン和え 清まし汁(高野豆腐・ミツバ)	～ショート～ お好み焼き 蓮根サラダ かぶのレモン和え 清まし汁(高野豆腐・ミツバ)	梅しらすご飯(混ぜ) サバの塩焼き ちくわ辛し和え きゅうりと玉ねぎの酢の物 清まし汁(白玉麩・カワ)	～お楽しみラーメン～ 醤油ラーメン 海老シウマイ 杏仁豆腐	そら豆ご飯(混ぜ) かじきの葱ソースかけ 茶碗蒸し 蕪の甘酢生姜和え 味噌汁(茄子・長葱)	ご飯 アジの南蛮漬 蕪の帆立あんかけ うぐいす煮豆 清まし汁(オクラ・ネギ)	ご飯 厚揚げと野菜の卵炒め 里芋煮ころがし 赤かぶ漬 清まし汁(トウモロコシ・カワ)
夕食	ご飯 鶏肉の味噌照り焼き	ご飯 カレイの煮付け	ご飯 帆立のオイスター炒め	ご飯 鶏肉の香草焼き	ご飯 豚肉の生姜焼き	ご飯 鶏つくね照り焼き	ご飯 赤魚の粕漬焼き	