

令和4年 5月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6	7
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	パンケーキ 目玉焼き ヨーグルト	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	チーズトースト 目玉焼き コンソメスープ
夕食		ロールキャベツ・魚のホイル焼き マカロニサラダ・ブロッコリーの ガーリック炒め・ピラフ	親子煮・野菜炒め 餃子・酢の物 ご飯・味噌汁	豚バラと大根の煮物・魚の煮付け かぼちゃの煮付け・巾着たまご 炊き込みご飯・味噌汁	きのこのカレー・豆のカレー スパゲッティサラダ 魚のフリッター・ご飯	各種天ぷら・きんぴらごぼう 玉子・肉じゃが ご飯・味噌汁	焼きそば・餃子 厚揚げあんかけ・卵スープ
日	8	9	10	11	12	13	14
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	ベーコンエッグバーガー 野菜スープ ヨーグルト	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	ピザトースト オムレツ コーンスープ
夕食		豚のすき焼き風肉豆腐 魚のあんかけ・コロッケ いんげんの胡麻和え ご飯・味噌汁	ホッケ・鶏ささみフライ (キャベツ添え) ちくわの磯辺揚げ 厚揚げの煮物・ご飯・味噌汁	中華丼・はんぺんフライ 野菜と豚肉のオイスター炒め ご飯・中華スープ	魚のムニエル・ポテトグラタン トマトのチキン煮込み 野菜サラダ ご飯・コンソメスープ	グラタン・エビフライ コールスローサラダ ベイクドポテト ご飯・味噌汁	うどん 天ぷら5種 手羽の甘辛揚げ れんこんサラダ
日	15	16	17	18	19	20	21
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	ハンバーガー コーンスープ バナナ	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	コーンマヨトースト トマトサラダ ミルクスープ
夕食		鶏の照り焼き・魚の照り焼き 青菜炒め・大根とがんもの煮物 ご飯・味噌汁	オムハヤシライス 海藻サラダ ライスコロッケ コンソメスープ	マーボー豆腐・棒棒鶏 玉子炒め・もやし中華サラダ ご飯・中華スープ	ハンバーグ・ナポリタン ブロッコリーと卵のサラダ 野菜サラダ・ご飯・スープ	チキンライス コンソメ煮 魚の竜田揚げ スープ	ジンギスカン 春雨サラダ ご飯・すまし汁
日	22	23	24	25	26	27	28
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	ホットドッグ 野菜スープ ゼリー	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	フレンチトースト アスパラベーコン炒め かぼちゃのスープ
夕食		クリームシチュー イカリングフライ・野菜サラダ スパニッシュオムレツ・ご飯	手羽のさっぱり煮 タコの唐揚げ・切り干し大根 さつま芋の天ぷら 炊き込みご飯・味噌汁	豚の生姜焼き・白身魚のバター 醤油・野菜サラダ お浸し・ご飯・味噌汁	ミートソース きのこのクリームソース 野菜サラダ・ジャーマンポテト スパゲッティ・スープ	炒飯・鶏の唐揚げ 野菜サラダ・ワンタンスープ	サラダうどん 油揚げのはさみ焼き 里芋の煮っころがし 鶏皮ボン酢・味噌汁
日	29	30	31
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	ツナマヨサンド コンソメスープ プリン				
夕食		いなり寿司・おにぎり 野菜炒め 魚の塩焼・豚汁	酢豚・回鍋肉 焼売・中華サラダ ご飯・中華スープ				