

令和6年 5月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	・	・	・	1	2	3	4
朝食				厚焼き玉子・がんも含煮 小松菜胡麻和え・サラダバー ご飯・みそ汁	高野豆腐卵とじ ジャーマンポテト・サラダバー ご飯・みそ汁	ナゲットチーズ焼き さつま揚げの炒め物 サラダバー ご飯・みそ汁	エッグベネディクト・サラダバー ウインナーケチャップソテー マカロニスープ
夕食				ポロネーゼ・サラダバー ホタテバター焼き ご飯・コンソメスープ	ヤンニョムチキン・チヂミ ナムル・サラダバー ご飯・鶏白湯スープ	豚肉野菜炒め・揚げ出し豆腐 サラダバー・果物 ご飯・みそ汁	炒飯・魚のフライ 白菜の浅漬け・サラダバー わかめスープ・果物
日	5	6	7	8	9	10	11
朝食	焼き魚・サラダバー 大豆と人参の胡麻和え ご飯・みそ汁		厚焼き玉子・サラダバー 豆腐のきのこあんかけ ご飯・みそ汁	鶏そぼろ・厚揚げの煮物 もやしのり和え・サラダバー ご飯・みそ汁	ベーコンとたまごの炒め物 いんげん白和え・サラダバー ご飯・みそ汁	豚肉と大根の炒め煮 ブロッコリー胡麻和え サラダバー ご飯・みそ汁	ピザトースト・ガレット サラダバー ポターージュ・ヨーグルト
夕食	麻婆豆腐・棒棒鶏 サラダバー ご飯・春雨スープ		チキン南蛮・筍の煮物 サラダバー ご飯・みそ汁	魚のちゃんちゃん焼き風 切干大根の煮物・サラダバー ご飯・たまごスープ	デミグラスハンバーグ にんじんグラッセ・サラダバー ご飯・コンソメスープ	親子丼・卵の花 浅漬け・サラダバー みそ汁・果物	ホルモン炒め 豆の煮物・サラダバー ご飯・みそ汁
日	12	13	14	15	16	17	18
朝食	豚のマヨポン炒め 小松菜お浸し・サラダバー ご飯・みそ汁		肉団子と野菜のソテー 菜の花白和え・サラダバー ご飯・みそ汁	春雨の炒め物 スナックエンドウ胡麻和え サラダバー ご飯・みそ汁	キノコと豚肉のバターポン酢炒め ほうれん草クルミ和え・サラダバー ご飯・みそ汁	卵とカニカマ中華炒め アスパラベーコン・サラダバー ご飯・みそ汁	ミートボールトマト煮 スクランブルエッグ サラダバー・バゲット
夕食	鶏ときのこのクリームパスタ ポップコーンシュリンプ サラダバー・ご飯・トマトスープ		魚の幽庵焼き・サラダバー ほうれん草の白和え 炊き込みご飯・みそ汁	ハヤシライス アボカドナムル・サラダバー コンソメスープ・果物	魚の蒲焼風・サラダバー キャベツの味噌炒め ご飯・みそ汁	鶏の照り焼き 野菜のトマト煮・サラダバー バターライス	すき焼き風煮 野菜の胡麻炒め・サラダバー ご飯・みそ汁
日	19	20	21	22	23	24	25
朝食	だし巻き卵・豆腐のチーズ焼き ピーマン胡麻和え・サラダバー ご飯・みそ汁		魚の照り焼き・サラダバー レンコンの磯部和え ご飯・みそ汁	ポークソテー・サラダバー 白菜とツナの生姜和え ご飯・みそ汁	オムレツ・サラダバー ハムときゅうりの和え物 ご飯・みそ汁	豆腐ハンバーグ きのこ胡麻和え・サラダバー ご飯・みそ汁	ホットドッグ・サラダバー アスパラチーズ焼き コーンポターージュ・ヨーグルト
夕食	ブルコギ炒め・揚げ出しナス 白菜辛子和え・サラダバー ご飯・みそ汁		焼きそば・目玉焼き ナムル・サラダバー ご飯・わかめスープ	鶏ザンギ・サラダバー 山菜の炒め物 ご飯・みそ汁	魚の香草焼 五目金平・サラダバー ご飯・みそ汁	ポークチャップ・サラダバー 豆腐の野菜あんかけ ご飯・みそ汁	もんじゃ焼・サラダ ご飯・スープ・果物
日	26	27	28	29	30	31	・
朝食	ウインナーとネギの甘辛焼き 厚揚げの炒め物・サラダバー ご飯・みそ汁		焼き魚・ベーコンエッグ 枝豆白和え・サラダバー ご飯・コーンポターージュ	鶏そぼろ・卵焼き・サラダバー ほうれん草とコーンの炒め物 ご飯・みそ汁	卵とカニカマ中華炒め アスパラベーコン・サラダバー ご飯・みそ汁	ミートボール・サラダバー ちくわの甘辛煮 ご飯・みそ汁	
夕食	鶏ちゃん・フライドポテト サラダバー・果物 ご飯・みそ汁		とん平焼き・サラダバー 切干大根の中華和え ご飯・酸辣湯	ボンゴレ・鶏むね塩レモン サラダバー・ピクルス ご飯・ミネストローネ	ほっけの野菜あんかけ ふきの炒めもの・サラダバー ご飯・みそ汁	カレーライス（トッピング付） タコのマリネ・サラダバー コーンポターージュ・果物	