

2018年5月 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
朝		ごはん 味噌汁 豆腐 ひじき煮	ごはん 味噌汁 キャベツ 煮卵	ごはん 味噌汁 しめじ マカロニサラダ	ごはん 味噌汁 もやし 切干大根	ごはん 味噌汁 南瓜 にら玉	ごはん 味噌汁 なめこ 温泉卵
昼		ごはん 鶏のタルタル焼き ミートパスタ 味噌汁	ごはん やきそば サラダ 味噌汁	ごはん 酢鶏 サラダ 味噌汁	ごはん チンジャオロース サラダ 味噌汁	ごはん 照りやきチキン ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 鶏のから揚げ 蓮根きんぴら 味噌汁
夕		ごはん ポークロールトマト 豆腐のピザ風 ほうれん草のマヨネ コンソメスープ	炊き込みご飯 じゃが芋の肉みそ炒 茶碗蒸し 豚汁	ごはん 鰯の生姜煮 肉ごぼう炒め きゅうりの酢の物 和風スープ	ごはん 鶏の甘酢煮 さつま揚げ オクラの胡麻和え 中華スープ	ごはん 鱈の西京焼き 鶏と夏野菜の揚げ南蛮 とうもろこしと枝豆の 和風スープ	ごはん 鶏の塩だれ焼き ナポリタン ブロッコリー炒め コンソメスープ
	7	8	9	10	11	12	13
朝	ごはん 味噌汁 小松菜 サバのみりん焼き	ごはん 味噌汁 なす チキンボール	ごはん 味噌汁 じゃが芋 卵とじ	ごはん 味噌汁 玉ねぎ ウインナー	ごはん 味噌汁 大根 厚揚げ煮	ごはん 味噌汁 里芋 スクランブルエッグ	ごはん 味噌汁 豆腐 目玉焼き
昼	ごはん おろしぶっかけうどん サラダ	ごはん 回鍋肉 サラダ 中華スープ	ごはん 鶏の味噌漬け焼き 春雨サラダ 和風スープ	ごはん ヤンニョムチキン もやしのナムル 中華スープ	ハヤシライス サラダ	ごはん 肉野菜炒め 白身フライ 味噌汁	ごはん 鶏のチリソース煮 サラダ 味噌汁
夕	ポークカレー グリル野 ゼリー	薩摩芋ごはん 鯖の味噌煮 鶏つくね 苜と蒟蒻の佃煮 冷や汁	ごはん メンチカツ ポテト グラッセ コンソメスープ	鶏飯 大学芋	ごはん クリームコロッケ 鶏の山賊焼き トマトマリネ コンソメスープ	ごはん 雲白肉 肉味噌豆腐 蓮根サラダ 中華スープ	ごはん チキンカツ インゲン胡麻和え 人参しりしり 和風スープ
	14	15	16	17	18	19	20
朝	ごはん 味噌汁 えのき 煮卵	ごはん 味噌汁 南瓜 丸天煮	ごはん 味噌汁 なめこ もやし炒め	ごはん 味噌汁 もやし 卵とじ	ごはん 味噌汁 キャベツ ウインナーコーン	ごはん 味噌汁 しめじ ひじき煮	ごはん 味噌汁 小松菜 にら玉
昼	ごはん クリームパスタ サラダ	ごはん 魚の葱酢 マカロニサラダ 中華スープ	ごはん チキン南蛮 トマト 胡瓜 味噌汁	ごはん マーボー豆腐 サラダ 中華スープ	ごはん 塩豚炒め サラダ 和風スープ	ごはん 鶏竜田おろしソー 筍の土佐煮 味噌汁	ごはん 鶏のトマト煮 サラダ 味噌汁
夕	ごはん 豚肉のおろし大根ソー 蒟蒻田楽 里芋の甘辛煮 和風スープ	ごはん イワシフライカレー風 ガリバタチキン ピクルス コンソメスープ	中華あんかけチャー サラダ	ごはん トンテキ 塩スパ キャベツのゆかり和	ごはん ジャージャー麺 サラダ フルーツ	ごはん 魚の中華あんかけ がんもどき きゅうりの梅肉和え 中華スープ	三色そぼろ丼 揚げ出し豆腐 サラダ 和風スープ
	21	22	23	24	25	26	27
朝	ごはん 味噌汁 なす 塩サバ	ごはん 味噌汁 豆腐 チキンボール	ごはん 味噌汁 じゃが芋 出し巻き卵	ごはん 味噌汁 大根 ちくわ煮	ごはん 味噌汁 えのき 卵とじ	ごはん 味噌汁 里芋 野菜のカレーソテー	ごはん 味噌汁 玉ねぎ スクランブルエッグ
昼	ごはん 豚しゃぶサラダうどん	ごはん ハッシュドポーク サラダ コンソメスープ	ごはん ピピンパ丼 サラダ 中華スープ	ごはん BBQチキン ジャーマンポテト コンソメスープ	ごはん キーマカレー サラダ	ごはん 鶏のソテーハニーマス スパ敷 かぼちゃサラダ 味噌汁	ごはん 生姜焼き サラダ 味噌汁
夕	ごはん 照り焼きハンバーグ もやしのお浸し じゃが芋の揚げ煮 冷や汁	ごはん 鶏の甘辛ダレ ピリ辛きゅうり マカロニ明太サラダ コンソメスープ	ごはん 鶏の中華風うま煮 太平燕	ルーロー飯 豆腐サラダ ゼリー 中華スープ	ごはん 豚の野菜ロールフラ トマトとツナのサラ いんげんソテー コンソメスープ	ごはん 鰯の南蛮漬け 肉じゃが 団子汁	ごはん 八宝菜 焼売 サラダ 中華スープ
	28	29	30	31			
朝	ごはん 味噌汁 もやし ウインナー	ごはん 味噌汁 キャベツ 胡麻なます	ごはん 味噌汁 しめじ 温泉卵	ごはん 味噌汁 茄子 切干大根煮			
昼	ごはん 冷やし担々麺	ごはん 油淋鶏 もやしナムル 味噌汁	ごはん 親子煮 サラダ 和風スープ	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ			
夕	炊き込みご飯 白身魚と豆腐の揚げ出 鶏チャーシュー 蒟蒻のコチュジャン煮 和風スープ	ごはん ムニエル レモンパ たまごコロッケ トマトのサラダ コンソメスープ	ガバオライス 揚げドーナツ 中華スープ	ごはん 天ぷら 冷奴 ひじきのサラダ けんちん汁			