

令和6年5月 献立表

	5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)
朝食	豆乳クリームパン	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥
	アスパラの炒め物	漬物	ジャム 	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	オクラのドレ和え	しろ菜のドレ和え	大根菜のそぼろ炒め	カリフラワーのコンソメ煮	照り焼き肉団子	平天の旨煮
	果物 	果物	牛乳	果物	牛乳	果物 	果物
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	407Kcal 0.4g	271Kcal 2.1g	466Kcal 1.6g	335Kcal 2.1g	441Kcal 1.6g	348Kcal 2.2g	295Kcal 2.4g
昼食	【こどもの日】	ハヤシライス	御飯	御飯	おにぎり	御飯	菜飯
	炊き込みピラフ	添え(福神漬)	太刀魚の山椒煮	牛肉のオイスターソース炒め	山菜うどん	さばの塩焼き	きのこのキッシュ
	エビフライ 	チーズサラダ	添え(ふき・人参)	厚揚げのピリ辛炒め煮	豚の角煮	添え(ししとう・おろし)	ズッキーニのソテー
	添え(キャベツ・トマト)	フルーチェ	いんげんの炒め物	春雨サラダ	アスパラの和えもの	かぼちゃのそぼろ煮	マカロニサラダ
	ブロッコリーのソテー		おさつサラダ	中華スープ		きゅうりの酢の物	コンソメスープ
	マカロニサラダ 		味噌汁 			味噌汁 	
	コーンスープ 						
	823Kcal 3.6g	684Kcal 3.2g	611Kcal 2.8g	617Kcal 2.0g	561Kcal 3.2g	540Kcal 2.4g	672Kcal 3.4g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	白身魚の磯辺焼き	鶏肉と牛蒡の生姜炒め	ポークチャップ	たらの酒蒸し	鶏肉の塩麴焼	すき煮	豚肉四川風炒め
	添え(ししとう・人参)	大根菜の煮浸し	添え(アスパラ)	じゃがいもの金平	添え(白ねぎ)	なすの煮浸し	焼き餃子(ポン酢)
	ひじき入り炒り豆腐	たけのこのかか和え	ほうれん草ソテー	かぶのドレ和え	炒り卵	ブロッコリーの和え物	スナックえんどうのドレ和え
	大根の柚香和え	味噌汁 	大根サラダ	清汁 	オクラの青じそ和え	清汁 	中華スープ 
	味噌汁		コンソメスープ 		味噌汁		
	495Kcal 2.7g	562Kcal 2.8g	505Kcal 2.5g	558Kcal 2.4g	628Kcal 2.5g	657Kcal 2.4g	634Kcal 2.5g
総合計	1725Kcal 6.7g	1517Kcal 8.1g	1582Kcal 6.9g	1510Kcal 6.5g	1630Kcal 7.3g	1545Kcal 7.0g	1601Kcal 8.3g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和6年5月 献立表

	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)	5月16日(木)	5月17日(金)	5月18日(土)
朝食	メロンパン	白粥	食パン	白粥	バターロール 	白粥	白粥
	チンゲン菜炒め	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	ちくわの金平	いんげんソテー	絹厚揚げ煮	マカロニサラダ	がんも煮 	いか団子の旨煮
	果物 	果物	牛乳 	果物	牛乳	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	471Kcal 1.5g	339Kcal 2.6g	487Kcal 1.6g	312Kcal 2.1g	497Kcal 1.5g	349Kcal 2.4g	334Kcal 3.0g
昼食	御飯	御飯	御飯	焼き鳥丼	ちらし寿司	御飯	おにぎり
	メンチカツ(とんかつソース)	豚肉の味噌炒め	白身魚のバター醤油焼き	ほうれん草の炒め物	かぶのそぼろ煮	肉団子の甘酢あんかけ	肉うどん
	添え(アスパラ・トマト)	根菜と平天の煮物	添え(スナップエンドウ)	もやしの和え物	アスパラのごまドレ和え	チンゲン菜炒め	しろ菜のツナ和え
	大根菜の炒め煮	しろ菜の錦糸和え	たけのこの炒め煮	味噌汁	清汁	ナムル	ババロア
	カリフラワーの甘酢和え	清汁 	チンゲンサイのわさび和え			中華スープ	
	味噌汁 		味噌汁				
	668Kcal 3.2g	541Kcal 3.0g	440Kcal 2.7g	571Kcal 3.5g	488Kcal 3.2g	560Kcal 2.9g	681Kcal 2.4g
夕食	御飯	明太子の混ぜご飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	白身魚の磯辺焼き	お豆腐グラタン	牛肉のトマト煮	かに玉	鶏肉と大根の煮物	さばのつけ焼き	豚肉の甘辛炒め
	添え(ししとう・人参)	スープ煮	アスパラのソテー	蒸しシュウマイ(醤油)	さつま芋のレモン煮	添え(ししとう・人参)	ほうれん草のソテー
	小松菜の煮浸し	ほうれん草のツナマヨ和え	白菜のお浸し	キャベツのごま和え	大根菜の和え物	かぼちゃ煮	きゅうりのドレ和え
	コーンサラダ	果物	コンソメスープ	杏仁豆腐 	味噌汁	茄子のポン酢和え	味噌汁 
	味噌汁 					清汁 	
	477Kcal 2.5g	655Kcal 2.5g	559Kcal 2.2g	707Kcal 2.5g	599Kcal 2.5g	607Kcal 2.4g	546Kcal 2.5g
総合計	1616Kcal 7.2g	1535Kcal 8.1g	1486Kcal 6.5g	1590Kcal 8.1g	1584Kcal 7.2g	1516Kcal 7.7g	1561Kcal 7.9g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

令和6年5月 献立表

	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	5月24日(金)	5月25日(土)
朝食	ミニ抹茶ツイスト	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥
	野菜サラダ	漬物	ジャム 	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	冬瓜のそぼろあんかけ	チーズサラダ	ほうれん草の和え物	大根のドレ和え	チンゲン菜の炒め煮	だし巻きたまご
	果物	果物 	牛乳	果物	牛乳	果物	果物 
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	439Kcal 1.0g	282Kcal 2.0g	506Kcal 1.6g	265Kcal 2.3g	443Kcal 1.4g	297Kcal 2.2g	307Kcal 2.4g
昼食	【お誕生日会】 	御飯	御飯	【お弁当の日】	カレーライス	おにぎり	御飯
	赤飯	牛肉のしぐれ煮	豚肉の柳川風	御飯 	漬物(福神漬)	鶏肉入りにゅうめん	牛肉のスタミナ炒め
	天ぷら盛り合わせ	ひじき豆煮	ふきの煮物	漬物	海藻サラダ	厚揚げとぜんまいの炒め煮	切り干し大根煮
	添え(天つゆ)	小松菜の辛子和え	カリフラワーのドレ和え	アジフライ	マンゴープリン	里芋の味噌和え	しろ菜のお浸し
	茶碗蒸し	味噌汁	味噌汁	添え(サニーレタス・レモン)			味噌汁 
	里芋の梅肉和え			ジャーマンポテト			
	赤だし 			春キャベツの甘酢和え			
				コンソメスープ			
			さくらんぼゼリー				
642Kcal 3.9g	608Kcal 2.7g	571Kcal 3.4g	631Kcal 2.9g	619Kcal 3.3g	607Kcal 2.8g	579Kcal 2.9g	
夕食	御飯	御飯	菜飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	太刀魚の塩焼き	鶏肉と野菜の甘酢あんかけ	豆腐と海老のトロみ煮	鶏の照り焼き	豚肉の塩麴炒め	鮭の南蛮漬け	鶏の甘辛味噌焼き
	添え(オクラ・人参)	ちくわといんげんの炒め物	ビーフン炒め	添え(いんげん・人参)	添え(ブロッコリー・トマト)	金平ごぼう	南瓜のいところ煮
	高野の煮物	水菜の和え物	胡瓜のちりめん和え	小松菜炒め	白菜とツナの煮物	オクラのドレ和え	マカロニサラダ
	スナップエンドウのごま和え	味噌汁	中華スープ	スナップエンドウのドレ和え	おさつサラダ	味噌汁	清汁 
	味噌汁 			味噌汁 	味噌汁		
	563Kcal 2.6g	714Kcal 3.6g	572Kcal 3.6g	622Kcal 2.4g	605Kcal 2.6g	610Kcal 2.6g	740Kcal 3.2g
総合計	1644Kcal 7.5g	1604Kcal 8.3g	1649Kcal 8.6g	1518Kcal 7.6g	1667Kcal 7.3g	1514Kcal 7.6g	1626Kcal 8.5g

令和6年5月 献立表

	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)	6月1日(土)
朝食	はちみつパン	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥
	ソーセージソテー	漬物	ジャム 	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	えび団子煮物	ハムサラダ	アスパラのおかか和え	ブロッコリーソテー	肉団子の旨煮	炒り卵 
	果物 	果物	牛乳	果物	牛乳 	果物	果物 
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物 	味噌汁	味噌汁
	432Kcal 0.9g	305Kcal 2.6g	481Kcal 1.7g	269Kcal 2.0g	457Kcal 1.5g	309Kcal 2.7g	362Kcal 2.1g
昼食	御飯	牛丼	おにぎり	御飯	御飯	御飯	御飯
	赤魚の煮付け	オクラのわさび和え	塩ラーメン	唐揚げのおろしポン酢かけ	蒸し魚のタルタルソース	お好み焼き	鶏の治部煮
	添え(ししとう・里芋)	フルーツポンチ	春巻(醤油)	ごぼうの香味炒め	添え(グラッセ)	厚揚げの煮物	ほうれん草炒め
	五目大豆煮	かきたま汁	大根菜とかにかまのドレ和え	チンゲンサイのドレ和え	スナップエンドウの香り炒め	さつま芋のごま和え	カリフラワーのドレ和え
	春雨の和え物			赤だし	白菜のゆず和え	味噌汁 	味噌汁
	味噌汁 				コンソメスープ		
	495Kcal 3.2g	588Kcal 2.3g	591Kcal 4.0g	729Kcal 3.1g	518Kcal 2.1g	708Kcal 3.4g	615Kcal 2.6g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	酢豚	鶏のスパイス焼き	さわらの照り焼き	豚肉のカレー風味炒め	チャプチェ風	さけのクリームシチュー	煮込みハンバーグ
	餃子(ポン酢)	添え(スナップエンドウ)	添え(ししとう)	白花豆煮	茄子の揚げ浸し	マカロニソテー	添え(グラッセ)
	チンゲンサイのおかか和え	ブロッコリーのソテー	卵の花	小松菜のお浸し	しろ菜の中華和え	コーンサラダ	かぶのコンソメ煮
	中華スープ 	かぼちゃサラダ	ほうれん草の和え物	味噌汁	中華スープ 	果物 	アスパラサラダ
		コンソメスープ 	清汁 				コーンスープ 
	658Kcal 2.8g	693Kcal 1.8g	501Kcal 1.9g	542Kcal 2.3g	614Kcal 2.2g	591Kcal 2.0g	671Kcal 3.6g
総合計	1585Kcal 6.9g	1586Kcal 6.7g	1573Kcal 7.6g	1540Kcal 7.4g	1589Kcal 5.8g	1608Kcal 8.1g	1648Kcal 8.3g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。