

令和8年5月 献立表

★… 新メニュー No. 1

	1 (金)	2 (土)	3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	10 (日)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 ミートボールのケチャップソテー れんこんサラダ 漬物(きゅうり) 390	ご飯又はパン みそ汁 さつま揚げの煮物 とろろ 漬物(桜漬) 344	ご飯又はパン みそ汁 金平ごぼう 白菜のゆかり和え 昆布佃煮 349	ご飯又はパン みそ汁 野菜つみれの煮物 キャベツの彩酢物 梅びしお 350	ご飯又はパン みそ汁 笹かま煮 里芋の大豆クリーム煮 漬物(たくあん) 377	ご飯又はパン みそ汁 切干大根の煮物 胡瓜のフレーク和え のりつくだ煮 338	ご飯又はパン みそ汁 厚焼き卵 オクラの生姜和え ふりかけ(さけ) 431	ご飯又はパン みそ汁 れんこんの昆布の煮物 チンゲン菜のピーナッツ和え かつお節味噌 345	ご飯又はパン みそ汁 ひじきの煮物 いんげんのごま和え 漬物(しば) 399	ご飯又はパン みそ汁 ウインナーソテー マカロニサラダ ふりかけ(たまご) 448
昼食	* たぬきしめん さらさ焼き 小松菜のわさび和え プリン 562	ご飯 鮭のバターしょうゆ焼 もやしのコンソメソテー キャベツのサラダ みそ汁 オレンジゼリー 544	ご飯 赤魚の黄金焼き 華風炒め カリフラワーの明太和え 清汁 ヨーグルト 512	ご飯 鶏肉の卸ししょうゆ焼き ビーフソテー いんげんのドレッシング和え みそ汁 杏仁豆腐 527	* ちらし寿司 めばるのごま焼き 水菜と白菜の梅おかか和え 漬汁 抹茶ゼリー 490	ご飯 味噌カツ とうがんのカニあんかけ 小松菜のわさび和え みそ汁 フルーツ(もも、みかん) 629	* 野菜炒めラーメン ギョーザ 春菊のゆず和え コーヒゼリー 523	ご飯 鶏肉の香草焼き 揚げ里芋のピリ辛あん 大根の酢の物 コンソメスープ バナナ 644	* 中華丼 さつまいもの甘煮 ほうれん草のわさび和え 中華スープ リンゴゼリー 520	* ポークカレー もやしとニラのソテー キュウリとササミの和え物 フルーチェ(みかん) 551
間食	ミルクティー	レモンティー	カフェオレ	麦茶	牛乳	グリーンティー	ミルクティー	レモンティー	カフェオレ	牛乳
夕食	ご飯 鶏肉と里芋の煮物 なすとピーマンのオイスター炒め 枝豆と海老の和え物 507	ご飯 豆腐と挽き肉のにら炒め 筍の土佐煮 胡瓜のドレ和え 507	ご飯 豚肉のスタミナ炒め さつまいもの甘煮 ほうれん草のなめたけ和え 497	ご飯 ぶりの蒲焼き じゃがいもの金平 菜の花のからし和え 527	ご飯 豆腐ハンバーグ あんかけ なすの炒め物 チンゲン菜のポン酢和え 468	ご飯 白身魚のムニエル かぼちゃの煮付 れんこんのドレ和え 479	ご飯 ピザ風はんぺん 白菜のクリーム煮 ごぼうサラダ 463	ご飯 ほっけの煮つけ かぶの煮物 アスパラのツナ和え 373	ご飯 厚揚げの明太マヨネーズ焼 当座煮 金時豆 508	ご飯 めばるの照り焼き 春雨炒め オクラのポン酢風味 366

	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	17 (日)	18 (月)	19 (火)	20 (水)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 里芋のそぼろ煮 キャベツの洋風和え 山椒ちりめん 387	ご飯又はパン みそ汁 切り昆布の煮物 春菊の中華風和え物 漬物(桜漬) 329	ご飯又はパン みそ汁 かにつみれの煮物 ふきのお浸し のりつくだ煮 317	ご飯又はパン みそ汁 高野豆腐の寄せ煮 きゅうりのゆず和え 漬物(梅干) 354	ご飯又はパン みそ汁 アジの塩焼き 菜の花のお浸し ふりかけ(かつお) 326	ご飯又はパン みそ汁 里芋のゆずあんかけ 玉ねぎの梅肉和え もろみ風味噌 331	ご飯又はパン みそ汁 キャベツとハムの煮物 うぐいす豆 漬物(しば) 366	ご飯又はパン みそ汁 お魚豆腐の煮物 青菜と昆布のおひたし のりつくだ煮 363	ご飯又はパン みそ汁 長芋のそぼろ煮 小松菜のおかか和え ふりかけ(たらこ) 337	ご飯又はパン みそ汁 オムレツ さつまいものごまドレ和え たいみそ 418
昼食	ご飯 揚げつけカレイ 青菜とエビの炒め物 粗みつばと玉ねぎの柚子胡椒和え みそ汁 ピーチゼリー 506	ご飯 鶏ももの塩麹焼き ブロックリーのソテー アスパラのマヨ和え みそ汁 パインゼリー 632	* おろしそば 炒り豆腐 白菜のゆかり和え ヨーグルト 510	ご飯 かぼちゃコロッケ&ホタテフライ 金平ごぼう ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁 オレンジ 542	* 三色丼 枝豆とさつまいものピリ辛炒め おくら生姜和え みそ汁 フルーツ寒天 551	ご飯 スパニッシュオムレツ 青菜の炒め物 大根のドレ和え コーンクリームスープ グレープゼリー 656	ご飯 鶏肉の味噌マヨ焼き ビーフの炒め物 小松菜のおひたし 清汁 ヨーグルト 540	ご飯 麻婆ナス もやしとハムのコンソメソテー ほうれん草の錦糸卵和え ワカメスープ フルーツ(もも、みかん) 526	* 焼きそば 蟹シュウマイ 大根とコーンの和え物 中華スープ コーヒゼリー 647	* シーフードカレー ささ身のチーズフライ アスパラのドレッシング和え ミルクプリン 711
間食	グリーンティー	ミルクティー	レモンティー	カフェオレ	牛乳	グリーンティー	ミルクティー	カフェオレ	レモンティー	麦茶
夕食	ご飯 豚肉の香味炒め 白菜の煮物 筍の梅味噌和え 483	ご飯 さばの塩焼 なすの煮物 胡瓜と蟹カマの和え物 410	ご飯 ゆで豚と野菜のねぎだれ 里芋のにっころがし れんこんのドレ和え 519	ご飯 赤魚のおかか焼き ひじきの煮物 もやしの華風和え 457	ご飯 牛肉となすの甘酢炒め かぼちゃの煮付 カリフラワーのマヨ和え 553	ご飯 厚揚げの山椒炒め煮 れんこんの炒め物 いんげんの辛子和え 464	ご飯 ピザ風焼き魚 長芋とほたての煮物 人参とかまぼこのサラダ 435	ご飯 豚肉のねぎ塩焼き 里芋のにっころがし トマトのマリネ 532	ご飯 ほっけの照り焼き とうがんの煮物 白菜のわさび和え 372	ご飯 焼き魚の中華あんかけ 青菜の炒め物 冷ややっこ 420

令和8年5月 献立表

	21 (木)	22 (金)	23 (土)	24 (日)	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 うの花炒り オクラのゆかり和え 漬物(きゅうり) 309	ご飯又はパン みそ汁 がんとどきの含め煮 キャベツの彩酢物 漬物(たくあん) 360	ご飯又はパン みそ汁 切干大根の煮付 小松菜のピーナッツ和え ふりかけ(たまご) 325	ご飯又はパン みそ汁 もやしのコンソメソー 南瓜のサラダ 漬物(きゅうり) 418	ご飯又はパン みそ汁 ごぼうのうま煮 菜の花のからし和え 漬物(桜漬) 321	ご飯又はパン みそ汁 豆ひじき 春菊のゆず和え 金山寺味噌 329	ご飯又はパン みそ汁 角ふの煮物 青菜と昆布のおひたし 漬物(しば) 327	ご飯又はパン みそ汁 高野豆腐の含め煮 水菜とえのきの梅おかか和え たいみそ 376	ご飯又はパン みそ汁 目玉焼き キャベツのレモン醤油和え 漬物(きゅうり) 361	ご飯又はパン みそ汁 じゃが芋のコーンクリーム煮 れんこんのピーナッツ和え 昆布佃煮 373
昼食	《誕生会》	ご飯 鮭のタルタル焼き チンゲン菜の炒め物 焼きなす 清汁 バナナ	ご飯 豚肉のハニーマスタード焼き さつまいもの甘煮 胡瓜とささみの和え物 みそ汁 メロンゼリー	ご飯 ぶりの幽庵焼き なすの甘辛煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 フルーチェ(ぶどう)	* きつねうどん はんぺんの二色揚げ 根みつばと玉ねぎのお浸し プリン	ご飯 回鍋肉 アスパラガスの炒め物 春雨の和え物 ワカメスープ オレンジ	* 天津飯 れんこんの煮付 胡瓜と蟹カマの和え物 みそ汁 バナナ	ご飯 豚のバターしょうゆ焼き 里芋の白煮 カリフラワーの甘酢和え みそ汁 フルーツヨーグルト	ご飯 鮭の明太マヨネーズ焼き ほうれん草とえのきのベーコンソー 大根サラダ コンソメスープ レモンゼリー	* キーマカレー チキンナゲット アスパラの和え物 ベリーミックスゼリー
		571	579	532	495	442	579	554	447	688
間食	*	グリーンティー	ミルクティー	レモンティー	カフェオレ	牛乳	グリーンティー	レモンティー	ミルクティー	麦茶
夕食	ご飯 五目炒め煮 もやしとハムのコンソメソー いんげんの辛子和え 450	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き はんぺんと山菜の煮物 長芋の梅肉和え 488	ご飯 千草焼 かぶの煮物 もずく酢 477	ご飯 牛肉とれんこんの煮付 セロリと野菜の炒め物 玉ねぎと水菜のサラダ 479	ご飯 肉じゃが うの花炒り ブロッコリーのマヨネーズ和え 枝豆とトマトの和え物 491	ご飯 さばのえのきあんかけ 玉ねぎの炒め物 486	ご飯 鶏肉のねぎ塩焼き しらたきの炒り煮 白菜のわさび和え 537	ご飯 さわらの南蛮漬け焼き 茄子の煮物 オクラの生姜和え 477	ご飯 厚揚げのスタミナ炒め 白菜とツナの炒め物 昆布豆 531	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ もやしの炒め物 きゅうりの梅和え 515

	31 (日)
朝食	ご飯又はパン みそ汁 切干大根の煮物 オクラのゆかり和え ふりかけ(さけ) 335
昼食	ご飯 鶏肉のピカタ ほうれん草の和風炒め さつまいものごまドレ和え みそ汁 ヨーグルト 649
間食	カフェオレ
夕食	ご飯 たらの照り焼き 長芋のそぼろ煮 いんげんの中華和え 436