

2015年5月4日（月）～17日（日）の献立表

	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9日(土)	5月10日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (大根、小松菜) ひじきの五色煮 とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、えのき) 煮浸し(小松菜) 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのき) 切り昆布の煮しめ 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 豆モヤシの煮物 とろろ芋 紫蘇あんず 牛乳	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのき) 卵の花炒り 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (ジャガ芋、玉葱) ふさと油揚げ煮付け 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (わかめ、エノキ) キャベツ炒め煮 とろろ芋 漬け物 ヤクルト
昼 食	ご飯 かき卵汁 炒り鶏 ゴマ豆腐 おみ漬け 果物(オレンジ)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) スモークサーモンのコロッケ マカロニサラダ 白菜漬け 果物(グレープフルーツ)	ご飯 スープ(野菜) チキンのトマト煮 サラダ(薩摩芋) セロリの浅漬け 果物(オレンジ)	ご飯 海老となめこのスープ マンダイの味噌焼き 春雨サラダ 漬け物 果物(グレープフルーツ)	ご飯 わかめスープ 八宝菜 中華風和え 漬け物(ザーサイ) 果物(オレンジ)	ご飯 味噌汁 (大根、油揚げ) 鯖の塩焼き 鶏と根菜の煮物 即席漬け 果物(グレープフルーツ)	サンドイッチ(ツナ) 菓子パン(あんパン) コンソメスープ(ベーコン) スクランブルエッグ ポークビーンズ 果物(オレンジ) 牛乳
夕 食	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 照り焼き(ぶり) 青菜と春雨の炒め物 漬け物	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) 鶏のレモン焼き コールスロー 漬け物	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 赤魚のしょうが焼き ぜんまいのしのだ煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 牛肉じゃが お浸し(小松菜) 漬け物	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐) 秋刀魚の香味煮 大豆の炒め物 漬け物	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 豚肉の煮込み もずく酢 漬け物	ご飯 味噌汁 (ジャガイモ・青菜) 鯖の西京焼き ウドの金平 漬け物

	5月11日(月)	5月12日(火)	5月13日(水)	5月14日(木)	5月15日(金)	5月16日(土)	5月17日(日)
朝 食	ご飯 味噌汁 (小松菜、ワカメ) 切り干し大根の煮付け 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、エノキ) 煮浸し(小松菜) 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 五目豆 とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (ジャガ芋、油麴) ぜんまいの五目煮 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、人参) 青菜のバター炒め 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) 炒り豆腐 とろろ芋 昆布巻き 牛乳	ご飯 味噌汁 (じゃが芋・青菜) 白菜のツナ煮 ナメコおろし和え 卵焼き ヤクルト
昼 食	ご飯 豚汁 焼き魚(ほっけ) 春野菜のクリミ味噌和え 即席漬け(キャベツゆかり) 果物(グレープフルーツ)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐、三つ葉) 鶏のさっぱり煮 ポテトサラダ 漬け物(たくあん) 果物(オレンジ)	たけのご御飯 すまし汁 (舞茸、三つ葉) 鯖のみりん焼き 炊き合わせ おみ漬け 果物(グレープフルーツ)	ご飯 味噌汁 (なめこ、豆腐) ハンバーグ 蒸し野菜のごまみそかけ 即席漬け 果物(オレンジ) 果物(キウイフルーツ)	ご飯 味噌汁 (ジャガイモ・わかめ) かじき鯖の甘露煮 マカロニサラダ おみ漬け 果物盛り合わせ	ご飯 味噌汁 (大根、油麴) 鶏の梅かつお焼き 和風サラダ 野沢菜じゃこ 果物(オレンジ) 果物(バナナ)	菓子パン(ジャムパン) サンドイッチ(卵) きのこスープ 白身魚のトマトソース サラダ(カリフラワー) 果物(オレンジ) 果物(キウイフルーツ) 牛乳
夕 食	ご飯 味噌汁 (ジャガイモ・わかめ) 肉豆腐 きんぴらゴボウ 漬け物	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) 刺身 けんちん煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 豚肉の生姜焼き 酢の物(青のり) 漬け物	ご飯 味噌汁 (小松菜、えのき) 焼き魚(甘塩鮭) 薩摩芋と油揚げの甘辛煮 漬け物	ご飯 味噌汁 (豆腐、小松菜) 鶏肉の味噌和え 焼きビーフン 漬け物	ご飯 味噌汁 (卵、玉葱) カレイの生姜煮 金平 漬け物	ご飯 味噌汁 (わかめ、豆腐) 豚肉と大根の甘辛煮 小松菜のゴマ味噌和え 漬け物