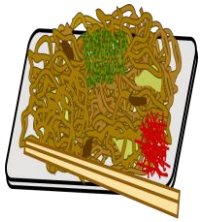
週 間 予 定 献 立 表 （5月）

	22日（月）	23（火）	24日（水）	25（木）	26日（金）	27（土）	28（日）
朝	ご飯 味噌汁 ゼンマイ煮〆 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白菜のツナ煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 煮浸し 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 カブの吉野煮 たらこ 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り干し大根の煮付け とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツの炒め煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 金平ごぼう 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	ご飯 味噌汁 ぶりのおろしポン酢 和風煮物 白菜浅漬け デザート	ご飯 味噌汁 牛肉ともやしの炒め物 茄子と人参の炒め物 白菜とコーンの和え物 デザート	ご飯 味噌汁 モウカの揚げおろし煮 ブロッコリーのソテー 大根のゆかり和え デザート	ご飯 味噌汁 豚肉の治部煮風 こんにゃくのピリ辛炒め もやしとニラのお浸し デザート	ご飯 味噌汁 メルルーサ香草ミックス焼き 茄子の甘酢炒め 春雨サラダ デザート	焼きそば ワカメスープ 野菜サラダ 果物 	ご飯 味噌汁 赤魚西京焼き ひじきと野菜の彩り煮 青菜のきのこ和え
夕	ご飯 味噌汁 豆腐の野菜あんかけ もやしとキャベツの和え物 ピーマンとひじきのじゃこサラダ	ご飯 味噌汁 鰺の西京焼き ごぼう炒め煮 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉のしぐれ煮 酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 刺身 蕗の煮物 香の物	ご飯 味噌汁 豚肉の煮込み お浸し 香の物	ご飯 味噌汁 鰆柚庵焼き 茄子とピーマンの味噌炒め しらすおろし和え	ご飯 味噌汁 大根と鶏の煮物 お浸し 香の物

週 間 予 定 献 立 表 （5～6月）

	29日（月）	30日（火）	31日（水）	1日（木）	2日（金）	3日（土）	4日（日）
朝	ご飯 味噌汁 金平大豆 温泉卵 梅干又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 切り昆布の煮しめ とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 ひじき煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛丼	ご飯 味噌汁 大根のそぼろ煮 とろろ芋 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 おろし和え 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 キャベツの炒め煮 温泉卵 梅干し又はふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 白菜のツナ煮 納豆 梅干し又はふりかけ 牛乳
昼	豚丼 すまし汁 ナムル ブロッコリーからし醤油和え フルーツポンチ	ご飯 薩摩汁 焼き魚（甘塩鮭） 茄子の生姜焼き 白菜漬け 果物	ご飯 中華スープ 八宝菜 キャベツの煮しめ 香の物 フルーツポンチ	ご飯 うすくず汁 鰆の西京焼き 蓮根金平 めかぶのポン酢和え 果物	ご飯 中華風スープ チキンのきのこソース ポテトサラダ 香の物 果物	焼きうどん ワカメスープ アスパラマヨネーズ 果物 	パン コンソメスープ スクランブルエッグ 野菜サラダ 果物
夕	ご飯 味噌汁 鯖の竜田 ジャーマンポテト 香の物	ご飯 味噌汁 胡麻風味肉じゃが 胡瓜と蟹カマの酢の物 香の物	ご飯 味噌汁 秋刀魚塩焼き 柚子入りなます 香の物	ご飯 味噌汁 牛肉のオイスターソース サラダ 香の物	ご飯 味噌汁 煮魚（赤魚） 春雨炒め 香の物	ご飯 味噌汁 肉豆腐 豚肉の煮込み 香の物	ご飯 味噌汁 すり身の甘辛煮 お浸し 香の物