

2021



5月

	日	月	火	水	木	金	土				
	5月30日	5月31日					1日				
朝	御飯 春菊の煮浸し インゲンの錦糸和え 味噌汁(あさり、葉大根) 牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 アスパラのサラダ 味噌汁(人参、畑菜) 牛乳	<p>※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。 ※常食の献立内容を掲載させていただきます。</p>				御飯 サツマアゲと野菜の炒め物 モヤシの胡麻ドレッシング 味噌汁(花麩、水菜) 牛乳	御飯 鶏肉のはちみつ照焼き 切昆布と大豆の煮物 モロヘイヤのお浸し フルーツ・マンゴ缶			
昼	御飯 コロッケ 鶏肉と南瓜の甘辛煮 菜の花のサラダ フルーツ・リンゴ缶	御飯 鶏肉のバジルソース 青梗菜とカニカマの炒め物 スパゲティ・サラダ フルーツ・ミカン缶					御飯 魚の酒蒸し(鱈) ナスとガンモの煮物 オクラのなめ茸和え 味噌汁(玉葱、ワカメ)	御飯 角あげの煮物 白菜のくるみ和え 味噌汁(玉葱、にら) 牛乳	御飯 春菊と庄内麩の煮浸し 豆サラダ 味噌汁(かぶ、葉大根) 牛乳	御飯 ジャム&マーガリン ホウレン草の卵炒め ごぼうサラダ コンソメスープ(コーン、人参) 牛乳	御飯 鶏肉の照焼き ゆかり風味(小松菜) 味噌汁(揚げ茄子、油揚げ) 牛乳
夕	御飯 豚肉と根野菜の味噌煮 小松菜の炒め物 モヤシのナムル すまし汁(舞茸、白葱)	御飯 魚の酒蒸し(鱈) ナスとガンモの煮物 オクラのなめ茸和え 味噌汁(玉葱、ワカメ)					御飯 豚肉と野菜の味噌炒め 冬瓜の煮物 ホウレン草のナムル フルーツ・リンゴ缶	御飯 オムライス 鶏の唐揚げ きゅうりとキャベツのツナサラダ フルーツ・リンゴ缶	御飯 白身魚のハーブグリル じゃが芋のミルク煮 小松菜のサラダ フルーツ・マンゴ缶	御飯 家常豆腐 イカ団子と根菜の中華煮込み 春雨の中華サラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 白身魚の磯辺揚げ(タラ) 里芋の含め煮 青梗菜のなめ茸和え フルーツ・リンゴ缶
朝	御飯 小松菜の煮浸し 豆たっぷりヘルシーサラダ 味噌汁(玉葱、人参) 牛乳	御飯 茄子とピーマンの鍋しき オクラのシラス和え すまし汁(白玉麩、白葱) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 玉子ロール 青梗菜のサラダ コンソメスープ(かぶ、水菜) 牛乳	御飯 角あげの煮物 白菜のくるみ和え 味噌汁(玉葱、にら) 牛乳	御飯 春菊と庄内麩の煮浸し 豆サラダ 味噌汁(かぶ、葉大根) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ホウレン草の卵炒め ごぼうサラダ コンソメスープ(コーン、人参) 牛乳	御飯 アスパラとエビの炒め物 ゆかり風味(小松菜) 味噌汁(揚げ茄子、油揚げ) 牛乳				
昼	御飯 エビカツフライ 大根とあさりの炒め煮 ブロッコリーのからし和え フルーツ・パイ缶	御飯 イタリオンオムレツ ミートボールのコンソメ煮 菜の花のサラダ フルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉と野菜の味噌炒め 冬瓜の煮物 ホウレン草のナムル フルーツ・リンゴ缶	御飯 鶏の唐揚げ きゅうりとキャベツのツナサラダ フルーツ・リンゴ缶	御飯 白身魚のハーブグリル じゃが芋のミルク煮 小松菜のサラダ フルーツ・マンゴ缶	御飯 家常豆腐 イカ団子と根菜の中華煮込み 春雨の中華サラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 白身魚の磯辺揚げ(タラ) 里芋の含め煮 青梗菜のなめ茸和え フルーツ・リンゴ缶				
夕	御飯 豚肉のソース焼き インゲンとツナの炒め物 南瓜のサラダ コンソメスープ(マッシュルーム、セロリ)	御飯 白身魚の生姜煮 れんこんきんぴら 胡瓜とワカメのホン酢和え 味噌汁(春菊、えのき)	御飯 海老団子と野菜の炒め煮 キャベツの塩炒め モヤシのサラダ 味噌汁(サツマイモ、油揚げ)	御飯 魚の塩焼き(鱈) ゼンマイとサツマ揚げの煮物 大根の酢味噌和え すまし汁(菜の花、椎茸)	御飯 肉野菜炒め なすの煮物 インゲンの黒コマ和え 味噌汁(油揚げ、白葱)	御飯 魚の若菜蒸し(鱈) 鶏とサツマ芋の甘辛煮 キャベツのホン酢和え 味噌汁(なめこ、青葱)	御飯 鶏肉の照焼き モヤシとピーマンの塩炒め スパゲティ・サラダ すまし汁(あさり、水菜)				
朝	御飯 魚の生姜煮(イワシ) オクラお浸し 味噌汁(豆腐、青葱) 牛乳	御飯 五目きんぴら 青梗菜のサラダ 味噌汁(南瓜、にら) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ホウレン草の卵炒め 大根のサラダ コンソメスープ(人参、セロリ) 牛乳	御飯 つみれと野菜の煮物 小松菜の磯和え 味噌汁(花麩、葉大根) 牛乳	御飯 あさりとかぶの炒り煮 インゲンのクルミ和え 味噌汁(玉葱、ワカメ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 野菜炒め 豆たっぷりヘルシーサラダ コンソメスープ(人参、畑菜) 牛乳	御飯 車麩の卵とじ ブロッコリーのおかかサラダ 味噌汁(ワカメ、もやし) 牛乳				
昼	御飯 五目ちらし寿司 肉団子の薄くず煮 キャベツの和え物 ケーキ	御飯 鶏の野菜蒸し 筍と車麩の煮物 ブロッコリーのピーナツ和え フルーツ・和梨缶	御飯 エビと空豆の炒め物 大学芋 菜の花の辛子和え フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 魚のソテー・トマトソース(鱈) レンコンのベーコン炒め マカロニサラダ フルーツ・リンゴ缶	御飯 鶏肉の塩麹焼き 春雨の旨煮 ホウレン草の和え物 オーグルト・フルーツソース	御飯 メンチカツ じゃが芋と竹輪の煮物 オクラの生姜和え フルーツ・パイ缶	御飯 エビと生揚げのチリソース 冬瓜のカフレックあんかけ ナムル フルーツ・和梨缶				
夕	御飯 豚肉となすの甘辛煮 ホレンソウの炒め物 じゃが芋のサラダ 味噌汁(大根、葉大根)	御飯 魚の七味焼き(鱈) かぶの味噌煮 トマトとレタスのサラダ すまし汁(素麺、舞茸)	御飯 蒸し豚のゴマだれかけ カリフラワーの炒め オクラとコンのサラダ 味噌汁(玉葱、青葱)	御飯 豆腐の五目あんかけ じゃが芋の甘辛煮 青梗菜のホン酢和え 味噌汁(白葱、油揚げ)	御飯 大根のおでん風 里芋のそぼろ味噌炒め ブロッコリー・カリフラワーのサラダ すまし汁(舞茸、春菊)	御飯 蒸魚のゴマダレ漬(鱈) トマトとマスの炒め物 モヤシと玉葱のサラダ 味噌汁(小松菜、ひらたけ)	御飯 鶏肉の梅肉焼き ふきと油揚げの煮物 サツマ芋とレタスのサラダ 味噌汁(なめこ、玉葱)				
朝	御飯 ツナと大根の炒り煮 小松菜のくるみお浸し 味噌汁(白玉麩、葉大根) 牛乳	御飯 ひじきと薩摩揚げの煮物 菜の花の胡麻和え 味噌汁(かぶ、ワカメ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン インゲンの炒め物 南瓜のサラダ コンソメスープ(マカロニ、マッシュルーム) 牛乳	御飯 ギンモと野菜の煮物 ピーナツ和え(白菜) 味噌汁(玉葱、ニラ) 牛乳	御飯 小松菜の卵とじ カブのゆかり和え 味噌汁(ほうれん草、油揚げ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン キャベツとウインナーのソテー アスパラのフレンチドレッシング コンソメスープ(白菜、人参) 牛乳	御飯 ぜんまいと竹輪の炒め煮 豆サラダ 味噌汁(椎茸、白葱) 牛乳				
昼	御飯 豚肉のくわ焼き なすと竹輪の煮物 キュウリとワカメの酢の物 フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 蒸魚のオーロラソースかけ(鱈) 青梗菜の卵炒め 人参サラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 鶏とセロリの中華炒め 小松菜と油揚げの煮浸し モヤシの酢醤油和え フルーツ・マンゴ缶	タンメン 青梗菜のホタテ風味あんかけ カリフラワーの中華ドレッシング フルーツ・パイ缶	御飯 蒸魚のおろしあん(カレイ) ブロッコリーの炒り煮 ごぼうサラダ フルーツ・白桃缶	御飯 麻婆豆腐 春巻揚げ モロヘイヤのシラス和え フルーツ・マンゴ缶	御飯 白身魚の卵とじ カリフラワーの味噌炒め 大根サラダ フルーツ・リンゴ缶				
夕	御飯 白身魚の山椒煮 ホレンソウの炒め物 スパゲティ・サラダ すまし汁(豆腐、水菜)	御飯 肉団子の野菜あんかけ 切干大根と大豆の煮物 アスパラとレタスのサラダ 味噌汁(里芋、ニラ)	御飯 スパニッシュオムレツ 茄子とエリンギの炒め物 アスパラとレタスのサラダ コンソメスープ(人参、畑菜)	御飯 魚のバター醤油焼き(鱈) インゲンとハムの炒め物 大根の和風サラダ 味噌汁(オクラ、椎茸)	御飯 鶏の治部煮 じゃが芋の炒め物 トマトとワカメのサラダ すまし汁(蒲鉾、青葱)	御飯 白身魚の塩麹焼き 冬瓜の煮物 オクラのホン酢和え 味噌汁(南瓜、玉葱)	御飯 豚肉と玉葱の炒め物 なすの煮物 サツマ芋の胡麻サラダ 味噌汁(なめこ、ワカメ)				
朝	御飯 じゃが芋のそぼろ煮 青梗菜のお浸し 味噌汁(花麩、葉大根) 牛乳	御飯 ブロッコリーとベーコンの炒め物 インゲンのお浸し 味噌汁(白玉麩、椎茸) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズオムレツ マカロニサラダ コンソメスープ(マッシュルーム、セロリ) 牛乳	御飯 ひじきの炒め煮 豆たっぷりヘルシーサラダ 味噌汁(もやし、青葱) 牛乳	御飯 厚焼玉子 付おろし インゲンの和え物 味噌汁(なめこ、ニラ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウインナーの野菜炒め ブロッコリーのチーズサラダ コンソメスープ(もやし、水菜) 牛乳	御飯 角あげの煮物 マカロニサラダ 味噌汁(玉葱、椎茸) 牛乳				
昼	御飯 海鮮野菜炒め さつまいもとかぶの煮物 モヤシのナムル フルーツ・ミカン缶	御飯 鶏肉のハニーマスタードソース 南瓜とレーズンのグラッセ 菜の花と蒲鉾のサラダ フルーツ・フルーツカクテル缶	かつお飯 豚肉のソテー くるる煮 茄子の和え物 柚子ゼリー	御飯 豚肉と南瓜の甘辛煮 小松菜とアサリの塩炒め キュウリと大根のサラダ フルーツ・ミカン缶	御飯 豆腐つくね照焼き 野菜と海老の炒め物 カリフラワーのマリネ フルーツ・和梨缶	御飯 鶏肉の味噌焼き なすの煮物 かぶの甘酢漬 フルーツ・フルーツカクテル缶	御飯 魚の蒲焼き(鱈) じゃが芋の煮物 ホウレン草の生姜和え フルーツ・マンゴ缶				
夕	御飯 魚の生姜煮(鱈) サヤの卵炒め ホウレン草の辛子和え すまし汁(素麺、三つ葉)	御飯 豚肉と厚揚げのオスターソース 炒め 大根と人参の煮付け 春雨の酢の物 味噌汁(揚げ茄子、ニラ)	御飯 鶏肉のトマトソース 青梗菜の炒め物 カリフラワーのドレッシング和え コンソメスープ(じゃが芋、葉大根)	御飯 魚の甘酢あんかけ(鱈) レンコンのきんぴら 菜の花の黒コマ和え 味噌汁(オクラ、揚げ茄子)	御飯 鶏肉と里芋の旨煮 ピーマン炒め ホウレン草とシメジの和え物 すまし汁(庄内麩、ワカメ)	御飯 蒸魚のタルタルソースかけ(鱈) 南瓜の含め煮 オクラとコンのサラダ 味噌汁(小松菜、油揚げ)	御飯 エビと玉子の塩炒め 肉団子の薄くず煮 青梗菜の中華和え 中華スープ(春雨、ワカメ)				