

			令和06年05月01日(水)	令和06年05月02日(木)	令和06年05月03日(金)	令和06年05月04日(土)	
朝			御飯 和風スクランブルエッグ 小松菜のお浸し ふりかけ(しそ) みそ汁(里芋・大根葉) 牛乳	御飯 ふんわり寄せの煮物 しろなのおかか和え のり佃煮 みそ汁(冬瓜・かぶ葉) 牛乳	御飯 野菜炒め 卵サラダ ふりかけ(かつお) みそ汁(小松菜・うずまき) 牛乳	御飯 がんと里芋の煮物 長芋とろろ 茶福豆 みそ汁(玉葱・ワカメ) 牛乳	
昼			御飯 鮭のバター醤油焼き 付)マッシュ南瓜 白菜の煮浸し フルーツ(メロン) みそ汁(大根・ワカメ)	えびピラフ 鶏肉のバジル焼き 付)スナップエンドウ カリフラワーサラダ フルーツ缶(りんご) コンソメスープ(ほうれん草・)	御飯 白身魚の味噌漬け焼き 付)いんげん 切干大根の煮物 フルーツ缶(洋梨) お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)アスパラ パンプキンサラダ フルーツ缶(白桃) みそ汁(もやし・しろな)	
夕			御飯 松風焼き 付)いんげん なすの炒り煮 ブロッコリーとホタテのサラダ フルーツ缶(マンゴー)	御飯 ほっけの照り焼き 付)うまい菜 ひじきの煮物 フルーツ缶(黄桃) 香の物(きゅうり)	御飯 豚肉の生姜焼き 付)ブロッコリー ちくわとかぶの煮物 フルーツ(パイン) 二色和え	御飯 黄金かれの煮付け 付)オクラ 牛肉と根菜の炒め物 春菊の白和え フルーツ(オレンジ)	
	令和06年05月05日(日)	令和06年05月06日(月)	令和06年05月07日(火)	令和06年05月08日(水)	令和06年05月09日(木)	令和06年05月10日(金)	
朝	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 ほうれん草のお浸し うめびしお みそ汁(白菜・きぬさや) 牛乳	御飯 豆腐チャンプル ブロッコリーの和風和え ふりかけ(しそ) みそ汁(里芋・大根葉) 牛乳	御飯 だし巻卵 付)うぐいす豆 白菜のからし和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(玉葱・油揚げ) 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草の磯和え ふりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・貝割) 牛乳	御飯 焼き豆腐と大根の煮物 チンゲン菜のお浸し たいみそ みそ汁(もやし・ねぎ) 牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 小松菜としらすの和え物 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・ワカメ) 牛乳	御飯 ミートボール 付)温野菜 ほうれん草のお浸し ふりかけ(たまご) みそ汁(畑菜・うずまき麩) 牛乳
昼	菜の花ちらし 梅しそ鶏天ぷら 付)天つゆ オクラの和え物 お吸物(花麩・ねぎ)	御飯 プルコギ チンゲン菜ともやしのナムル フルーツ(オレンジ) 中華スープ(春雨・ワカメ)	炊込み桜えび御飯 銀だらの照り焼き 付)大根・花人参 かまぼことしろなの和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(えのき・かぶ葉)	鶏南蛮うどん かぶとさつま揚げの煮物 卵豆腐 りんごゼリー	御飯 赤魚の生姜煮 付)いんげん・花麩 ブロッコリーとえびの和え物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(冬瓜・オクラ)	御飯 牛肉のしぐれ煮 なすの煮浸し 白菜のさっぱり和え みそ汁(里芋・油揚げ)	御飯 鶏肉のマスタート焼き 付)スナップエンドウ 南瓜のごま和え フルーツ缶(りんご) みそ汁(豆腐・貝割)
夕	御飯 豚肉と野菜の塩麩炒め なすの煮物 フルーツ(メロン) 香の物(つぼ漬け)	御飯 太刀魚の香味焼き 付)小松菜 冬瓜のくずあんかけ フルーツ缶(黄桃) もずく酢	御飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 フルーツ(パイン) きゅうりの生姜醤油和え	御飯 さばのみりん焼き 付)スナップエンドウ 肉じゃが フルーツ(キウイ) 香の物(しば漬け)	御飯 豚肉とピーマンのオイスター かに焼売 キャベツの塩昆布和え フルーツ(メロン)	御飯 ホークソテー 付)アスパラ ジャーマンポテト フルーツ(バナナ) 人参サラダ	御飯 ほっけの塩麩焼き 付)オクラ・花人参 チンゲン菜の炒め物 フルーツ(オレンジ) 昆布佃煮

	令和06年05月12日(日)	令和06年05月13日(月)	令和06年05月14日(火)	令和06年05月15日(水)	令和06年05月16日(木)	令和06年05月17日(金)	令和06年05月18日(土)
朝	御飯 魚肉ソーセージと野菜のソ カフラワーの香味和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(もやし・油揚げ) 牛乳	御飯 一口がんもの煮物 青菜とツナの和え物 あみえび佃煮 みそ汁(大根・大根葉) 牛乳	御飯 さつま揚げの炒め煮 しろなの和え物 ふりかけ(しそ) みそ汁(白菜・オクラ) 牛乳	御飯 炒り豆腐 チンゲン菜のごま醤油和え のり佃煮 みそ汁(じゃが芋・玉葱) 牛乳	御飯 スクランブルエッグ カフラワーのレモンサラダ ふりかけ(たらこ) みそ汁(畑菜・おつゆ麩) 牛乳	御飯 厚揚げの煮物 小松菜のピーナッツ和え ふりかけ(さけ) みそ汁(さつま芋・かぶ葉) 牛乳	御飯 ちくわの甘辛煮 キャベツのおかか和え うぐいす豆 みそ汁(大根・ワカメ) 牛乳
昼	御飯 白身魚のねぎ醤油焼き 付)しろな れんこんの甘辛炒め うずら豆 みそ汁(玉葱・ワカメ)	御飯 五目チャーハン 焼きぎょうざ ブロッコリーサラダ 中華スープ(ほうれん草・具) みそ汁(小松菜・うずまき)	御飯 フライ盛り(コロッケ・ホタテ) ソース) 付)キャベツ 冬瓜のカニカマあんかけ フルーツ(バナナ) みそ汁(小松菜・うずまき)	御飯 鶏肉の味噌焼き 付)青菜・花麩 いんげんの炒め物 フルーツ缶(パイナップル) お吸物(しめじ・貝割)	にゅうめん 天ぷら二種盛り 付)オクラ 白菜のゆかり和え ブルーベリーゼリー	豆御飯 赤魚の筍あんかけ 切干大根の煮物 フルーツ(オレンジ) お吸物(花麩・貝割)	御飯 ハンバーグ 付)グリル野菜 カフラワーとカニカマのサラダ フルーツ缶(ミックス) コーンポタージュスープ
夕	御飯 ミートローフ ソース) 付)ポテト・人参グラッセ かぶのコンソメ煮 フルーツ(パイナップル) 香の物(桜だいいこん)	御飯 白身魚の山椒焼き 付)そら豆 卵の花 フルーツ(キウイ) 筍のおかか和え	御飯 親子煮 きんぴらごぼう きゅうりの酢味噌がけ フルーツ缶(ミックス)	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 里芋の含め煮 フルーツ(オレンジ) 香の物(青しその実漬け)	御飯 さばの照り焼 付)甘酢生姜 ひじきの煮物 フルーツ(メロン) 浅漬け(キャベツ)	御飯 豚肉の葱塩炒め チンゲン菜とえびの旨煮 パンプキンサラダ 香の物(しば漬け)	御飯 白身魚の香草焼き 付)スナップエンドウ 冬瓜の洋風煮 オクラのゆず醤油和え フルーツ缶(マンゴー)
	令和06年05月19日(日)	令和06年05月20日(月)	令和06年05月21日(火)	令和06年05月22日(水)	令和06年05月23日(木)	令和06年05月24日(金)	令和06年05月25日(土)
朝	食パン・ジャム オムレツ 付)ブロッコリー 菜の花とツナの和え物 コンソメスープ(ほうれん草・ 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 チンゲン菜のお浸し ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	御飯 納豆 白菜の煮浸し 浅漬け(きゅうり) みそ汁(冬瓜・大根葉) 牛乳	御飯 温泉卵 かぶの煮物 香の物(青しその実漬け) みそ汁(里芋・ねぎ) 牛乳	御飯 がんもの煮物 しろなとえのきの和え物 たいみそ みそ汁(キャベツ・うずまき) 牛乳	御飯 炒り豆腐 二色浸し ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・きぬさや) 牛乳	御飯 厚焼き卵 付)甘酢生姜 しろなの和え物 あみえび佃煮 みそ汁(かぶ・油揚げ) 牛乳
昼	御飯 鶏肉の照り焼き 付)アスパラ 刺身盛り合わせ(まぐろ・ フルーツ缶(りんご) みそ汁(白菜・油揚げ)	御飯 牛肉のカレー炒め かぶとえびの含め煮 フルーツ缶(白桃) みそ汁(小松菜・うずまき)	御飯 白身魚のバター醤油焼き 付)ピーマン金平 菜の花の錦糸和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(豆腐・ワカメ)	御飯 鶏肉のタルタルソース焼き 付)いんげん ほうれん草と桜えびの和 フルーツ缶(ミックス) みそ汁(もやし・貝割)	ハヤシライス ポテトサラダ ヨーグルトデザート ピクルス	御飯 たらの金山寺味噌焼き 付)青菜 いんげんのごま和え ★季節の果物★ お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 鶏肉の葱ソース 葱ソース) 付)ブロッコリー じゃが芋のたらこ炒め フルーツ(キウイ) お吸物(うずまき麩・貝割)
夕	御飯 たらの粕漬け焼き 付)春菊・人参 ぜんまい煮 フルーツ缶(みかん) きゅうりの塩昆布和え	御飯 千草焼き 和風あん) なすの煮物 キャベツの和え物 フルーツ(キウイ)	御飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 ツナとブロッコリーの和え物 フルーツ缶(マンゴー)	御飯 白身魚のみりん焼き 付)オクラ かぼちゃの煮物 大根のさっぱり和え フルーツ缶(りんご)	御飯 ほっけの漬け焼き 付)チンゲン菜 ふきとさつま揚げの含め フルーツ(キウイ) わかめ佃煮	御飯 メンチカツ ソース) 付)温野菜 きんぴらごぼう フルーツ缶(ミックス) 大根のゆかり和え	御飯 さばの煮付け 付)オクラ・花人参 あさりと菜の花の酢みそ フルーツ缶(マンゴー) 昆布豆

	令和06年05月26日(日)	令和06年05月27日(月)	令和06年05月28日(火)	令和06年05月29日(水)	令和06年05月30日(木)	令和06年05月31日(金)
朝	御飯 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のごま和え うめびしお みそ汁(里芋・かぶ葉) 牛乳	御飯 チンゲン菜とベーコンのソテー カフラワーの香味和え ふりかけ(かつお) みそ汁(もやし・ねぎ) 牛乳	御飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のおかか和え ふりかけ(しそ) みそ汁(おつゆ麩・大根) 牛乳	御飯 厚揚げの吉野煮 いんげんの和風マヨネーズ たいみそ みそ汁(畑菜・さつま芋) 牛乳	御飯 しらすの卵とじ しろなのわさび和え のり佃煮 みそ汁(豆腐・ねぎ) 牛乳	御飯 里芋のそぼろ煮 チンゲン菜とちくわの和え ふりかけ(さけ) みそ汁(もやし・かぶ葉) 牛乳
昼	御飯 八宝菜 焼売 杏仁フルーツ 中華スープ(ワカメ・長葱)	御飯 白身魚の和風ムニエル 付)ソース 付)ピーマン 畑菜のお浸し フルーツ缶(黄桃) みそ汁(かぶ・貝割)	ホタテのピラフ 洋風卵焼き ユールスローサラダ フルーツ缶(マンゴー) コンソメスープ(しめじ・ほうれん草)	御飯 黄金かれいのおろし煮 付)ふき・花人参 なすの炒め物 白菜と青菜のお浸し みそ汁(玉葱・ワカメ)	御飯 チキンカツ 付)キャベツ ソース 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(黄桃) お吸物(花麩・貝割)	御飯 豚肉のゆず醤油炒め ミモザサラダ フルーツ(キウイ) みそ汁(小松菜・油揚げ)
夕	御飯 牛肉の醤油焼き 付)しろな 炒り鶏 フルーツ(バナナ) 香の物(赤しその実漬)	御飯 肉豆腐 ピーマン炒め 温泉卵 フルーツ(パイン)	御飯 鮭の生姜醤油焼き 付)スナップエンドウ 切干大根の煮物 フルーツ(オレンジ) きゅうりの塩昆布和え	御飯 鶏肉の山椒焼き 付)菜の花 イカと里芋の煮物 フルーツ(キウイ) 人参サラダ	御飯 赤魚の香味焼き 付)そら豆 肉じゃが オクラとえのきのポン酢和え フルーツ(パイン)	御飯 白身魚のマスタード <sup>1</sup> 焼き 付)いんげん つみれと大根の含め煮 フルーツ缶(みかん) 浅漬(白菜)