○○ 2021年 5月 献立表 ○○　　［常　食］

						1 (土)	2 (日)
朝食						ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁（麩）	菓子パン 牛乳 ヨーグルト みかん缶
昼食						ちまき 焼きそば フルーツヨーグルト	親子丼 冷しゃぶｻﾗﾀﾞ ゼリー各種
夕食						ご飯 じゃが豚キムチ 揚げ卵煮 すまし汁（豆腐と青海苔）	ドリア スパゲッティ・和風 野菜サラダ コンフィ
	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)
朝食	ロールパン 牛乳 ゆで卵 サラダ（ミニトマト）	菓子パン 牛乳 パイン缶 ヨーグルト	シリアル 牛乳 ウィンナー（朝） みかん缶	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁（白菜）	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁（キャベツ）	食パン（いちごジャム） 牛乳 スライスチーズ 1枚 サラダ
昼食	おにぎり 冷やし中華 キャラメルポテト	ｶﾞﾊﾞｵﾗｲｽ 付）レタスとトマト ﾎﾟﾃﾄﾌﾗｲ コンフィ	チキンライス 鶏肉から揚げ 付）ゆでブロッコリー スパゲティサラダ	ハンバーガー 高菜じゃこパスタ さつま芋サラダ チーズドッグ	ご飯 冷）牛肉コロッケ 枝豆コーン 鶏ごぼう炒め たこ焼き	わかめご飯 冷しゃぶうどん さつまいもがね	三色丼 揚げだし豆腐 オレンジ
夕食	ご飯 マーボー豆腐1 水菜の昆布和え かきたま汁	筍ご飯 西京焼き 春雨のソテー 冷）ギョーザ（2個） レモンゼリー	ご飯 カレーライス 野菜サラダ 冷）ゼリー	ご飯 ピーマンの肉詰め焼き のり塩じゃが シーチキンサラダ	ご飯 棒棒鶏 魚の照り焼き（ぶり） 若竹汁 柏餅	ご飯 牛肉の柳川風 たくあん和え コーヒーゼリー	ご飯 じゃがいものトマト煮 野菜サラダ クラムチャウダー
	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)
朝食	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁	ご飯 牛乳 キムチ みそ汁	食パン（いちごジャム） 牛乳 スライスチーズ 1枚 サラダ（ミニトマト）
昼食	ご飯 タンドリーチキン ビーマンのソテー 肉味噌ビーフン ウィンナーケチャップ	ご飯 ポークチャップ 付）ゆでブロッコリー 千種焼き チキンナゲット	ご飯 さばの竜田揚げ 手作りひじきふりかけ スコッチエッグ なすの肉味噌炒め	ロールｻﾝﾄﾞ（チリコンカン） ロールサンド（ﾂﾅ） 手羽先揚げ甘辛煮 ﾚﾝｺﾝﾍﾞﾍﾞﾛﾝﾁｰﾉ パイン缶	ご飯 鶏のみそ焼き ほうれん草のソテー 切り干し大根の煮物 白身フライ（ミニ）	スパゲッティ・ナポリタン ハムサラダ（盛り合わせ） ホワイトゼリー	タコライス 目玉焼き ごぼうフライ
夕食	ご飯 さばの味噌煮 マカロニサラダ すまし汁（そうめん）	ご飯 チンジャオロウスウ しそ巻き棒餃子 春雨スープ	ご飯 筑前煮 マセドアンサラダ コンフィ	ご飯 ムニエル（さけ） チャプチェ カリカリベーコンサラダ	ご飯 親子煮 白菜甘酢和え ぎょうざスープ	ご飯 常家豆腐 春雨サラダ 多菜包子 かきたま汁	ご飯 チキン南蛮 付）レタスときゅうり 炊き合わせ 水羊羹
	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)
朝食	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁（麩）	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁	食パン（いちごジャム） 牛乳 ハム・チーズ サラダ	菓子パン 牛乳 みかん缶 ヨーグルト
昼食	ご飯 豚肉のカレー炒め いり豆腐 あじフライ（ミニ）	ご飯 牛肉とゴボウの味噌炒め かぼちゃコロッケ にら玉	ご飯 魚の照り焼き（ぶり） きゅうり昆布和え 五目金平 チキンカツ（半分）	食ｻﾝﾄﾞ（照り焼き） 食フルーツサンド じゃこしそスパゲティ ごぼうフライ	ご飯 うま塩チキン 付）ミックスベジタブル 春雨のソテー いかの天ぷら	鮭ごはん 冷しゃぶうどん シュワシュワポンチ	ビビンバ寮 巻巻き オレンジ
夕食	ご飯 チキンカツ 付）レタスとトマト すまし汁（えのき） コーヒーゼリー	ご飯 ハンバーグ じゃがバター 付）人参グラッセ コーンスープ	ご飯 肉じゃが シーチキンサラダ コンフィ	ご飯 鶏マーマレード焼き れんこんの金平風 ポテトサラダ	ご飯 魚の塩焼き（さけ） ひじきの煮物 ウィンナーのソティ（1本） 肉団子スープ	ご飯 棒棒鶏 ゴロッとさつま揚げ 中華スープ（とうふ）	ご飯 カレーライス ハムサラダ マスカットゼリー
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)	30 (日)
朝食	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁（豆腐）	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁（キャベツ）	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁（玉ねぎ）	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁（じゃがいも）	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁（大根）	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁（かぼちゃ）	菓子パン 牛乳 ﾌﾞﾘﾝ みかん缶
昼食	ご飯 あっさりポークソテー こんにゃくみそ炒め 竹輪磯辺揚げ	ご飯 肉団子の酢豚 チキンピカタ 付）ゆでブロッコリー さんまのおかか煮	ご飯 西京焼き チャプチェ 炊き合わせ 煮豆	フィッシュバーガー 焼きそば 甘辛黒こしょうチキン バナナ	ご飯 牛肉三色ロール ココット焼き たらこスパゲッティ	おにぎり ジャージャー麺 パイン缶	ソースカツ丼 南瓜の煮物 みそ汁（麩）
夕食	ご飯 野菜炒め 餃子 春雨スープ	ご飯 鶏肉から揚げ 付）キャベツとトマト 切り干し大根の煮物 カスタードプリン	ご飯 若鶏のトマト煮 ブロッコリーのサラダ クラムチャウダー	ご飯 さけフライ（チーズ） ベンネボロネーゼ弁 コールスロー	ご飯 チゲ豆腐 中華サラダ 杏仁豆腐	ご飯 鶏肉のホイル味噌焼き いなり揚げ卵煮 ぶた汁	ご飯 ハヤシライス学 野菜サラダ フルーツヨーグルト
	31 (月)						
朝食	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁						
昼食	ご飯 メンチカツ にんじんシリシリ ポークビーンズ1 キャラメルポテト						
夕食	ご飯 豚角煮 ほうれん草のお浸し けんちん汁						