

5月

週 間 献 立 表

	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日
朝食	ご飯(80g) 味噌汁 プレーンオムレツ ピーナツバター和え ふりかけ(おかか)	ご飯(80g) 味噌汁 大根のツナ煮 なめたけ和え ふりかけ(たまご)	ご飯(80g) 味噌汁 五目大豆煮 和え物 ふりかけ(ご飯の友)	ご飯(80g) 味噌汁 青梗菜の菜焼き 温泉卵 ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 ツナジャガ きゅうりのおろし和え たいみそ	ご飯(80g) 味噌汁 ちくわとアスパラ炒め たまご豆腐 ふりかけ(鮭)	ご飯(80g) 味噌汁 大根の煮物 青梗菜のお浸し ふりかけ(ご飯の友)
昼食	ご飯(80g) 牛肉のさっぱり炒め ナスのそぼろ煮 バナナ すまし汁(花麩)	ご飯(80g) 魚の煮付け 香りและ キウイ すまし汁(そうめん)	胚芽ロール ミックスフライ フレンチサラダ フルーツカクテル コンソメスープ	筍混ぜご飯 魚のうぐいす焼き 和え物 オレンジ すまし汁(大根)	牛丼 おくらとろろ メロン 赤だし(麩)	ご飯(80g) 魚のゆうあん焼き おかか和え 洋ナシ缶 すまし汁(冬瓜)	ご飯(80g) 牛肉と里芋の旨煮 ピーナツ和え バナナ すまし汁(かまぼこ)
おやつ	牛乳 クリームコンフェ	牛乳 りんごケーキ	牛乳 今川焼き	牛乳 いちごプッシュ	牛乳 黒ゴマプリン	いちご練乳蒸しパン	牛乳 ババロア
夕食	ご飯(80g) 魚のレモン蒸し コールスローサラダ ゼリー コンソメスープ	ご飯(80g) 豚肉のみそ焼き 山芋の酢の物 黄桃缶 すまし汁(かにかま)	ご飯(80g) 魚の明太マヨ焼き 人参の炒め物 バナナ すまし汁(はんぺん)	ご飯(80g) 肉団子の甘酢あん ブロッコリーとエビの中華 炒め りんご 中華スープ	ご飯(80g) 黒酢煮 鶏とキウリの梅わさび 和え 白桃缶 すまし汁(とろろ昆布)	ご飯(80g) 鶏肉のきのこあんかけ 春雨の酢の物 オレンジ すまし汁(魚めん)	ご飯(80g) 魚の梅しそ焼き 辛子和え りんご かき玉汁

