

5月

週 間 献 立 表

	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日
朝食	ご飯(80g) 味噌汁 大根の煮物 ピーマン和え(インゲン) ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 麩の卵とじ なめたけ和え(オクラ) ふりかけ(おかか)	ご飯(80g) 味噌汁 里芋の含め煮 おかか和え(ほうれん草) ふりかけ(たまご)	ご飯(80g) 味噌汁 ピーマンと竹輪の炒め煮 ごまドレ和え(蒸し鶏) たいみそ	ご飯(80g) 味噌汁 菜焼き たまご豆腐 ふりかけ(おかか)	ご飯(80g) 味噌汁 厚揚げの生姜炒め 梅しらす和え ふりかけ(鮭)	ご飯(80g) 味噌汁 南瓜のそぼろ煮 金山寺和え(キウリ) ふりかけ(御飯の友)
昼食	ご飯(80g) ムニエル ツナサラダ バナナ コンソメスープ	ご飯(80g) 鶏の塩麩焼き 南瓜の昆布煮 白桃缶 呉汁	ご飯(80g) 魚の柚子胡椒焼き おろし和え みかん缶 すまし汁	ロールパン ハンバーグ エビサラダ ババロア コンソメスープ	ご飯(80g) 魚の揚げ醤油煮 酢の物(もずく) みかん缶 すまし汁(里芋と人参)	豚丼 ピーマンの和え物 フルーツカクテル 赤出し(なめこ)	ご飯(80g) 魚の甘辛煮 菜の花酢味噌和え マンゴー すまし汁(花麩)
おやつ	牛乳 今川焼き	牛乳 ミニチョコパイ	牛乳 黒蜜ときなこのパン ナコッタ	牛乳 しっとりまんじゅう	牛乳 クリームコンフェ	牛乳 キャラメルプリン	牛乳 水羊羹
夕食	ご飯(80g) 牛肉と里芋の旨煮 ほうれん草のナムル フルーツカクテル すまし汁(魚めん)	ご飯(80g) 魚の梅煮 辛子和え りんご すまし汁(かぼち)	ご飯(80g) 豚肉のオスター炒め 中華和え バナナ 中華スープ	ご飯(80g) 魚の塩焼き きと油揚げの煮物 マンゴー すまし汁(そうめん)	ご飯(80g) 鶏の味噌漬け焼き ツとなすの炒め煮 りんご すまし汁(かかマ・玉葱)	ご飯(80g) 魚のマスターマヨ焼き ブロッコリーとチーズのサラダ ゼリー(ぶどう) コンソメスープ	ご飯(80g) 焼肉風 もやしと人参の和え物 やわらか杏仁豆腐 たまごスープ

