



メニュー表

* 天候、配送状況等により献立内容が変更となる事があります

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
朝食				ごはん 味噌汁（南瓜） ひじきと大豆の煮物 インゲンのごま和え のりの佃煮 牛乳	ごはん 味噌汁（冬瓜） 鶏レバーの甘辛煮 カリフラワーの生姜和え ふりかけ（しそ） 牛乳	ごはん 味噌汁（麴） ソフトいなりの含め煮 菜花のお浸し ふりかけ（のりたまご） 牛乳	焼きそばパン コーンポタージュ ブレンオムレツ ミルクティー
昼食				三色丼 根菜の煮物 胡瓜の酢の物 すまし汁	炊き込みご飯 さばの塩焼き 金平こんにゃく 味噌汁（えのき） みかん缶	親子丼 金平ごぼう のっぺい汁	ごはん 白身魚のタルタル風 マヨネーズ焼き ボトフ風煮 ほうれん草スープ 黄桃缶
夕食				ごはん あじの南蛮煮 白菜の塩昆布和え 味噌汁（キャベツ）	ごはん 回鍋肉 中華和え ワカメスープ	ごはん 赤魚の竜田焼き 里芋と豚肉の煮付 味噌汁（キャベツ）	ごはん 五目あんかけ豆腐 オクラのごま和え 味噌汁（揚げ）
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ごはん 味噌汁（えのき） 冬瓜のくず煮 ごぼうサラダ 鯛みそ 牛乳	ハニーロールパン コンソメスープ スクランブルエッグ サラダ 牛乳	ごはん 味噌汁（あさり） つくね団子の照り煮 ごぼうサラダ つぼ漬け 牛乳	ごはん 味噌汁（白菜） ちくわの炒り煮 オクラの梅肉和え ふりかけ 牛乳	ごはん 味噌汁（玉葱） 目玉焼き ブロッコリーのサラダ ふりかけ（たらこ） 牛乳	ごはん 味噌汁（キャベツ） かくふの煮物 もやしとツナの和え物 さくら漬け 牛乳	シュガートースト パンプキンポタージュ カレー炒め スパゲッティーサラダ 牛乳
昼食	散らし寿司丼 拭きのおか 青菜の和え物 茶碗蒸し こどもの日デザート	ごはん 手羽先風 ポテトサラダ 味噌汁（豆腐） 洋梨缶	ごはん半分 きつねうどん 串カツ ぶどうゼリー	ごはん 韓国風焼き肉 長芋の白煮 ワカメスープ みかん缶	ごはん 鶏肉のチリソースかけ 春雨サラダ 中華スープ バナナ	ごはん 豚肉の山賊焼き ごった煮 味噌汁（茄子） ももゼリー	ごはん さばのみりん焼き 厚揚げの煮物 キャベツのピーナツ和え 味噌汁（南瓜）
夕食	ごはん 青椒肉絲 焼き餃子 ワンタンスープ	ごはん かに玉あんかけ かぼちゃの煮付 味噌汁（ほうれん草）	ごはん ポークシンジャー マカロニサラダ コンソメスープ	ごはん 肉団子と野菜の甘酢あん 小松菜の錦糸和え すまし汁（花ふ）	ごはん カレイの煮付 レンコン炒め 味噌汁（大根）	ごはん 豆腐の肉味噌かけ ほうれん草のおかか和え すまし汁（かまぼこ）	ごはん 鶏つくね 人参しりしりー 味噌汁（もやし）
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	鮭わかめごはん 味噌汁（麴） 五目豆煮 白菜のゆかり和え 牛乳	ごはん 味噌汁（豆腐） イカボールの旨煮 ブロッコリーのごま和え しば漬け 牛乳	ごはん 味噌汁（白菜） 厚揚げの煮物 青菜の辛子和え さくら漬け 牛乳	ごはん 味噌汁（なめこ） さつま揚げの煮付 青梗菜の和え物 ふりかけ（たらこ） 牛乳	ごはん 味噌汁（茄子） 小松菜のツナ煮 炒りうの花 梅びしお 牛乳	ごはん 味噌汁（えのき） ほうれん草炒め インゲンのお浸し のりの佃煮 牛乳	焼きそばパンプレート コンソメスープ カニカマサラダ コーヒー牛乳
昼食	麦ごはん 油淋鶏 胡瓜の和え物 とろろ汁	ハヤシライス コーンクロック フルーチェ（いちご）	ごはん A：豚肉の角煮 B：ぶり大根 ポテトサラダ 味噌汁（玉葱） 青りんごゼリー	ごはん半分 山菜そば 天ぷら 千切りたくあん	ごはん 豚肉の生姜焼き オクラのおかか和え 吉野汁 洋梨缶	ごはん 蒸し魚のボン酢かけ 長芋の白煮 味噌汁（冬瓜） みかん缶	ごはん 鶏肉のカレー焼き ごぼうの炒り煮 味噌汁（わかめ） いちごゼリー
夕食	ごはん 白身魚のつけ焼き 糸こんの炒り煮 味噌汁（椎茸）	ごはん 八宝菜 シュウマイ 中華スープ	ごはん 白身魚のピカタ 金平ごぼう オクラのおかか和え	ごはん ポークケチャップ スパゲッティーサラダ コンソメスープ	ごはん 白身魚の梅しょうゆ焼き 里芋煮付 すまし汁	ごはん 鶏肉の甘酢あん 筑前煮 味噌汁（豆腐）	ごはん オムレツのトマトソースかけ マカロニサラダ 肉団子のコンソメスープ
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ごはん 味噌汁（茄子） じゃが芋の煮物 カリフラワーのおかか和え ふりかけ（かつお） 牛乳	小倉パン オニオンスープ ブロッコリーのソテー ポテトサラダ 牛乳	ごはん 味噌汁（なめこ） 野菜つみれの煮物 オクラの塩昆布和え ふりかけ（しそ） 牛乳	ごはん 味噌汁（玉葱） 大根の煮物 キャベツのゆかり和え ふりかけ（たらこ） 牛乳	ごはん 味噌汁（冬瓜） ほうれん草と竹輪の和え物 五目豆煮 のりの佃煮 牛乳	ごはん 味噌汁（じゃが芋） ピーマンのツナ煮 うの花サラダ 青かつば漬け 牛乳	フレンチトースト コンソメスープ ほうれん草とベーコン炒め 卵サラダ 牛乳
昼食	ごはん半分 台湾ラーメン エビ焼売 プリン	ごはん 天ぷら がんもどきの煮物 味噌汁（豆腐）	ごはん チキンソテー スパゲッティーサラダ コンソメスープ フルーツポンチ	ごはん ミックスフライ もやしのごま酢和え 味噌汁（青梗菜） すりおろしりんご	カツカレー 漬物 （福神漬け、らっきょう漬け） ブロッコリーサラダ ヨーグルト和え	ごはん さばの竜田揚げ 胡瓜とトマトの土佐和え 味噌汁（青梗菜） ぶどうゼリー	ごはん 豚バラスタミナ炒め 里芋とイカの煮物 味噌汁（白菜） パイン缶
夕食	ごはん 鶏肉の香味野菜ソース 青菜のソテー マカロニスープ	ごはん アクアパッツァ風 人参とツナの和え物 白菜のスープ	ごはん 肉じゃが 青菜のお浸し 具たくさん味噌汁	ごはん 麻婆茄子 春雨サラダ ワカメスープ	ごはん 鶏肉のくわ焼 ひじきの煮付 味噌汁（しめじ）	ごはん 親子煮 小松菜ときのこの和え物 すまし汁	ごはん 白身魚の味噌漬け焼き 小松菜の和え物 すまし汁
	26	27	28	29	30	31	
朝食	ごはん 味噌汁（キャベツ） かぶの煮付 鶏レバーの甘辛煮 鯛みそ 牛乳	ごはん 味噌汁（菜花） 焼豆腐の旨煮 アスパラのお浸し つぼ漬け 牛乳	ごはん 味噌汁（大根） えび団子の煮物 キャベツのピーナツ和え ふりかけ（さけ） 牛乳	ごはん 味噌汁（豆腐） ちくわの炒り煮 ほうれん草のなめたけ和え さくら漬け 牛乳	鮭ワカメごはん 味噌汁（ふ） 金平ごぼう オクラのごま和え 牛乳	ごはん 味噌汁（しめじ） 茄子の煮物 白菜の青じそ和え ふりかけ（のりたまご） 牛乳	
昼食	ごはん たらのカレームニエル インゲンのピーナツ和え ミネストローネ風スープ フルーチェ（オレンジ）	A：ひき肉あんかけ炒飯 B：海鮮あんかけ炒飯 焼き餃子 キャベツの甘酢和え 中華スープ 杏仁豆腐	ごはん 鶏の唐揚げ ポテトサラダ 味噌汁（白菜） オレンジゼリー	ごはん 焼き魚のねぎタレ かぼちゃの煮付 中華スープ バナナ	ごはん デミグラスハンバーグ ツナサラダ コンソープ フルーツミックス缶	ごはん 鶏肉の照焼 青菜のお浸し 味噌汁（豆腐） みかん缶	
夕食	ごはん 中華風卵炒め 大根のそぼろ煮 味噌汁（白菜）	ごはん ホキの幽庵焼き 金平ごぼう けんちん汁	ごはん 麻婆豆腐 青梗菜のナムル ワンタンスープ	ごはん 鶏肉のみぞれボン酢和え かぶのべっこう煮 すまし汁	ごはん 魚のクリームソースかけ ひじきサラダ コンソメスープ	牛丼 キャベツのゆかり和え 味噌汁	

*緑字は選択メニューです