

献立表

5月-6月

	日	月	火	水	木	金	土
	28	29	30	31	1	2	3
朝食	パン ポトフ風 肉団子トマト煮 果物 ヨーグルト	米飯200g 味噌汁 目玉焼き マカロニサラダ オクラおかか和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 納豆 ひじき煮 菜の花辛子和え 牛乳	米飯200g 味噌汁 白身魚のピカタ チキン二色巻き のり佃煮 牛乳	米飯200g 味噌汁 オムレツ おろし和え ふりかけ 牛乳	米飯200g 味噌汁 豆腐のそぼろ炒め なすと厚揚げの味噌煮 金平ごぼう 味付きのり 牛乳	米飯200g 味噌汁 根菜の煮物 炒り豆腐包み焼き オクラゆば和え 梅干し 牛乳
昼食	米飯200g 中華スープ カニ玉風 ビーフンソテー 海草サラダ ゼリー	米飯200g 味噌汁 白身魚の香味ソース さつま芋そぼろあん 切干大根サラダ 果物	仏ライス〜ケチャップ〜 コンソメスープ コロッケ グリーンサラダ フルーツ	麻婆丼 中華スープ 春雨サラダ 焼きナス ザーサイ 果物	ネバネバそば おにぎり ブロッコリーごま和え ミルクゼリー	パン オニオンスープ ロールケーキ クリームコロッケ マセドアンサラダ 果物	スパゲティ〜ミートソース コンソメスープ ジャーマンポテト ミモザサラダ 果物
夕食	米飯200g 味噌汁 豚しょうが焼き 南瓜サラダ 菜の花とじゃこ和え 乳酸菌飲料	わかめ御飯 つみれ汁(丼盛) 鶏の治部煮 れんこんきんぴら しゅうまい 野菜ジュース	米飯200g すまし汁 魚のもろみ焼き 春巻き 白菜のお浸し 飲むヨーグルト	米飯200g 味噌汁 ホッケフライ 高野豆腐の煮物 味噌田楽 果物	米飯200g 中華スープ 酢豚 揚げ焼売&揚げ餃子 盛り合わせサラダ 乳酸菌飲料	揚げたまごとじ丼 けんちん汁 たけのこのおかか煮 もやしのごま酢和え ヨーグルト	米飯200g 味噌汁 鮭のマネズミ焼き 焼きそば ミートボール ゼリー
3時	ホットケーキ	プリンアラモード	チーズケーキ	黒ゴマプリン	さつま芋ケーキ	どら焼き	ドーナッツ