



★令和3年

5月 予定献立表



※仕入状況により、メニューを変更する場合があります。

							1日(土曜日)
朝食 昼食 夕食		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	みそ汁
		根菜の洋風煮 6種の豆サラダ	冬瓜のそぼろ煮 いんげんのドレッシング和え	ミートオムレツ キャベツのイタリアンサラダ	麻婆大根 だしまきたまご	ゴーヤーチャンプルー 大根のしそ和え	キャベツのたまごソテー マカロニサラダ
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
野菜と肉みそ炒め 茄子の甘辛煮 ハムとワカメの中華サラダ	ハンバーグトマトソース ジャーマンポテト アスパラサラダ	茄子のミートソース煮 豚のジンジャーソテー 白菜のツナサラダ	ターメリックライス トマトガーリックチキン ベーコンポテトサラダ からし菜炒め	茄子の味噌煮 シューマイの甘酢あん 野菜のお浸し	豚肉とキャベツのハンバーグソース ツナとパプリカの塩炒め ガーリックトマトビーンズ	豚と白菜の中華煮 切干と椎茸の炒り煮 春雨サラダ	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
鮭の塩焼き からし菜チャンプルー 塩ダレキャベツ	豚の焼肉のたれ炒め 千切大根の炒め煮 菜の花の和え物	鶏のゆず味噌焼き ポーク焼きそば 野菜とワカメの和風和え	ジュシー みそ汁 豚肉と豆腐の味噌煮 千切り大根炒め 菜の花のお浸し	鶏ごぼう煮 ポーク玉子 ワカメ酢	フーチャンプルー 照り焼チキン インゲン胡麻和え	野菜スープ 鯖の蒲焼き パプリカ炒め 6種の豆の和風和え	

	2日(日曜日)	3日(月曜日)	4日(火曜日)	5日(水曜日)	6日(木曜日)	7日(金曜日)	8日(土曜日)
朝食 昼食 夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ
	根菜の洋風煮 6種の豆サラダ	冬瓜のそぼろ煮 いんげんのドレッシング和え	ミートオムレツ キャベツのイタリアンサラダ	麻婆大根 だしまきたまご	ゴーヤーチャンプルー 大根のしそ和え	キャベツのたまごソテー マカロニサラダ	野菜とベーコンの卵とじ カリフラワーのフレンチサラダ
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
野菜と肉みそ炒め 茄子の甘辛煮 ハムとワカメの中華サラダ	ハンバーグトマトソース ジャーマンポテト アスパラサラダ	茄子のミートソース煮 豚のジンジャーソテー 白菜のツナサラダ	ターメリックライス トマトガーリックチキン ベーコンポテトサラダ からし菜炒め	茄子の味噌煮 シューマイの甘酢あん 野菜のお浸し	豚肉とキャベツのハンバーグソース ツナとパプリカの塩炒め ガーリックトマトビーンズ	豚と白菜の中華煮 切干と椎茸の炒り煮 春雨サラダ	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
鮭の塩焼き からし菜チャンプルー 塩ダレキャベツ	豚の焼肉のたれ炒め 千切大根の炒め煮 菜の花の和え物	鶏のゆず味噌焼き ポーク焼きそば 野菜とワカメの和風和え	ジュシー みそ汁 豚肉と豆腐の味噌煮 千切り大根炒め 菜の花のお浸し	鶏ごぼう煮 ポーク玉子 ワカメ酢	フーチャンプルー 照り焼チキン インゲン胡麻和え	野菜スープ 鯖の蒲焼き パプリカ炒め 6種の豆の和風和え	

	9日(日曜日)	10日(月曜日)	11日(火曜日)	12日(水曜日)	13日(木曜日)	14日(金曜日)	15日(土曜日)
朝食 昼食 夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ
	野菜とたまごのチャンプルー ごぼうサラダ	ジャーマンポテト アスパラの胡麻ドレ和え	野菜のコンビーフソテー サラスパのフレンチサラダ	青梗菜とハムの卵とじ 白菜のドレッシング和え	洋風吉野煮 野菜の竹輪和え	フーチャンプルー ブロッコリーの胡麻和え	麻婆茄子 だしまきたまご
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
タンドリーチキン風 ほうれん草のウイナーソテー コーンサラダ	ゴーヤーチャンプルー 千切り大根炒め 春雨サラダ	ガーリックチキン ほうれん草のウイナーソテー コーンサラダ	豚肉と豆腐の生姜焼き 人参シリシリー ほうれん草ナムル	海鮮中華煮 ポーク天津 パプリカピクルス	からし菜炒め 人参肉そぼろのカレー風味 ポテトサラダ	豚とニンニクの芽のスタミナ炒め デークニーイリチー ほうれん草サラダ	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
野菜スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
チンジャオロースー ツナとニンニクの芽炒め 白菜と竹輪のおかか和え	グルクンの甘酢あん パプリカ炒め ミックスベジタブルソテー	豆腐チャンプルー 金平肉そぼろ 白菜とちくわ和え	白身フライの甘酢あん フーチキナー 人参サラダ	肉じゃが ミニハンバーグケチャップ ブロッコリーソテー	バジルチキン マカロニサラダ インゲン梅和え	野菜スープ ハンバーグ デミグラスソース 野菜とエビの炒め マッシュポテト	

	16日(日曜日)	17日(月曜日)	18日(火曜日)	19日(水曜日)	20日(木曜日)	21日(金曜日)	22日(土曜日)
朝食 昼食 夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ
	プレーンオムレツ ハヤシソース 野菜とツナサラダ	根菜の洋風煮 6種の豆の	冬瓜のそぼろ煮 いんげんのドレッシング和え	魚と人参シリシリー 青菜のナムル風	麻婆大根 だしまきたまご	ゴーヤーチャンプルー 大根のしそ和え	キャベツのたまごソテー マカロニサラダ
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
ポークジンジャー 野菜のカレー煮 パスタサラダ	鶏肉とピーマンの味噌炒め クーバイリチー 野菜のお浸し	チキンカレー 白身フライ ブロッコリーピクルス	麻婆豆腐 ムキエビのガーリックソテー フルーツミックス	肉野菜炒め カニカマポテサラ ほうれん草お浸し	豚ナンコツソーキのケチャップ煮 千切り大根炒め 黒豆	ハンバーグ きのこクリーム アスパラのソテー 白菜サラダ	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
野菜スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
親子煮 ゴーヤーチャンプルー キャベツのボン酢和え	ゴーヤーチャンプルー 照り焼チキン マッシュポテト	茄子味噌煮 ほうれん草のコンビーフ炒め パプリカピクルス	麻婆春雨 ウズラ豆腐 菜の花胡麻和え	チキントマト煮 金平ごぼう 豆サラダ	豆腐チャンプルー シューマイ ブロッコリーサラダ	野菜スープ ねぎだくチキン じゃが芋の醤油炒め 青菜のおかか和え	

	23日(日曜日)	24日(月曜日)	25日(火曜日)	26日(水曜日)	27日(木曜日)	28日(金曜日)	29日(金曜日)
朝食 昼食 夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ	スープ
	野菜とベーコンの卵とじ カリフラワーのフレンチサラダ	野菜とたまごのチャンプルー ごぼうサラダ	ジャーマンポテト アスパラのサウザンサラダ	野菜のコンビーフ炒め サラスパのフレンチサラダ	青梗菜とハムの卵とじ 白菜のドレッシング和え	洋風吉野煮 いんげんのドレッシング和え	フーチャンプルー ブロッコリーの胡麻和え
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
鯖の蒲焼き パプリカ炒め 5種豆の和風和え	角切りバーグの木の子クリームシチュー からし菜炒め カボチャ煮	パプリカと豆腐のコンビーフ炒め 赤魚煮つけ ワカメ酢	ホイコーロー ツナピーマン炒め ブロッコリーピクルス	鶏心甘酢あん ゴーヤーチャンプルー マッシュポテト	おろしハンバーグ ポパイバター 人参サラダ	豚と野菜の旨煮 ひじきの炒め煮 青菜のお浸し	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
野菜スープ	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
豚と白菜の中華煮 切干と椎茸の炒り煮 春雨サラダ	鶏肉の胡麻ソース 人参シリシリー ほうれん草白和え	豚肉と茄子の中華煮 千切り大根炒め 菜の花お浸し	豆腐チャンプルー 照り焼チキン コーンポテトサラダ	キーマカレー ブロッコリーソテー サツマ芋煮	親子とじ 金平ごぼう 黒豆	野菜スープ 鯖の西京焼き 人参シリシリー キャベツのおかか和え	

	30日(日曜日)	31日(月曜日)					
朝食 昼食 夕食	ご飯	ご飯					
	スープ	スープ					
	麻婆大根 だしまきたまご	プレーンオムレツ ハヤシソース 野菜のツナサラダ					
ご飯	ご飯	ご飯					
みそ汁	みそ汁	みそ汁					
ハンバーグ デミグラスソース アスパラとエビの炒め マッシュポテト	チャプチェ 揚げシューマイ甘酢あん 中華イカのワカメ和え						
ご飯	ご飯	ご飯					
野菜スープ	みそ汁	みそ汁					
豚とニンニクのスタミナ炒め デークニーイリチー ほうれん草サラダ	ゴーヤーチャンプルー 木の子の甘辛煮 ポテトサラダ						