

献立予定表（５月度）

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
		5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	
朝食		パン2種 ごはん コロッケ 中華スープ				ごはん 納豆 温泉卵 けんちん汁	チーズ蒸しパン ごはん アンサンブルエッグ コンソメスープ	
		フルーツ 牛乳				フルーツ 牛乳	牛乳	
		575				496	533	
昼食		鮭菜めし 鶏肉のコチュジャン焼き レタスと卵の炒め物 コンソメスープ				ごはん ブルコギ風 白菜のボン酢和え 味噌汁	ごはん とんこつラーメン 杏仁豆腐 サラダバイキング	
		1207				1296	993	
夕食		ごはん 豆腐と豚肉の旨煮 肉じゃがコロッケ サラダ	ごはん チキンのピカタ 大根のそぼろ煮 ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 水餃子 春巻き サラダ	ごはん 鶏肉のにんにくはちみつ焼き 筑前煮 タコキムチ 味噌汁	ごはん カツバーグ ウィンナー フライドポテト コーンスープ 柏餅	ごはん 魚の卵あんかけ 肉じゃが 軟骨の唐揚げ	
		1169	1358	1188	1379	1620	1103	
	総カロリー	0	2951	1358	1188	1379	3412	2629
夕食	きつねうどん 5月7日	てりやきバーガー 5月8日	ぶっかけうどん 5月9日	鶏肉の竜田揚げ丼 5月10日	豚肉の焼肉丼 5月11日	カレーライス 5月12日	てりやきバーガー 5月13日	
朝食	ごはん クロワッサン じゃこ天 すまし汁 牛乳	パン2種 ごはん スクランブルエッグ コンソメスープ フルーツ 牛乳	ごはん 穀物ロール 納豆 漬物 キムチスープ 牛乳	きな粉トースト ごはん ジャーマンポテト わかめスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ホテルブレッド チキンのバジル焼 フルーツボンチ 味噌汁 牛乳	雑炊 漬物 サバの塩焼き 牛乳	チョコねじりパン ごはん スコッチエッグ コンソメスープ 牛乳	
		470	556	476	550	433	606	545
	昼食	豚丼 漬物 味噌汁	食育 タコ飯 アジの塩焼き じゃが芋の煮物 トマトサラダ 味噌汁	ごはん ミックスフライ 豚肉のニら炒め コンソメスープ	オムカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん チキン南蛮 土佐煮 すまし汁	ごはん 豚肉の生姜焼き 炊き合わせ 味噌汁	ごはん 月見うどん 野菜の天ぷら サラダ のりセレクト
			1148	856	1737	1226	1267	1192
夕食		ごはん 八宝菜 肉まん サラダ	ごはん ボークチャップ 切干大根煮 ごぼうサラダ すまし汁	ごはん 焼きそば 小龍包 サラダバイキング	ごはん 塩鍋 アジフライ サラダ	ごはん 豚肉のチーズはさみ焼き ペペロンチーノ 大根サラダ 卵スープ	ごはん ロールキャベツ カニクリームコロッケ サラダ	わかめごはん 鮭のムニエル 麻婆茄子 中華スープ
		1090	1054	969	1122	1256	905	1128
	総カロリー	2708	2466	3182	2898	2956	2703	2883
夕食	きつねうどん 5月14日	親子丼 5月15日	ぶっかけうどん 5月16日	鶏肉の竜田揚げ丼 5月17日	豚肉の焼肉丼 5月18日	カレーライス 5月19日	てりやきバーガー 5月20日	
朝食	ごはん ホワイトブレッド 肉団子 味噌汁 牛乳	パン2種 ごはん チキンナゲット パンプキンスープ フルーツ 牛乳	ごはん 食パン 納豆 漬物 野菜味噌汁 牛乳	ハムトースト ごはん スパゲッティサラダ コンソメスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ロールパン 目玉焼き 味噌汁 牛乳	モーニングカレー サラダバイキング 牛乳	メロンパン ごはん ハッシュドポテト マカロニスープ 牛乳	
		422	421	558	627	444	542	486
	昼食	体育大会	チャーハン ミニラーメン サラダバイキング	ごはん 豚肉のネギ塩焼き たけのこの煮物 オニオン酢 味噌汁	チキンカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん 豚肉のキムチ炒め さつま芋の甘煮 大根なます 中華スープ	五穀米 魚の照り焼き 肉じゃが だし巻き卵 味噌汁	ごはん 徳島ラーメン 揚げ餃子 サラダ
				899	1238	1110	1517	1142
夕食		ごはん ビーフシチュー 牛肉コロッケ サラダ	ごはん 鶏肉の味噌焼き 餅巾着 すまし汁	ゆかりごはん サンマフライ 里芋の煮物 コールスローサラダ 赤だし	ごはん トマト鍋 メンチカツ サラダ	ひつまぶし 豚ヒレカツ サラダ	郷土料理(熊本県) 高菜ごはん だご汁 辛子レンコン風 揚げ肉団子 メロンゼリー	ごはん 豚肉のオニオンソース レンコンの炒め物 コンソメスープ
		1286	1260	1675	1229	851	1284	883
	総カロリー	1708	2580	3471	2966	2812	2968	2650
夕食	きつねうどん 5月21日	てりやきバーガー 5月22日	ぶっかけうどん 5月23日	鶏肉の竜田揚げ丼 5月24日	豚肉の焼肉丼 5月25日	カレーライス 5月26日	てりやきバーガー 5月27日	
朝食	ごはん クロワッサン 八幡巻き 味噌汁 牛乳	パン2種 ごはん ベーコンエッグ コンソメスープ フルーツ 牛乳	ごはん 穀物ロール 温泉卵 漬物 豚汁 牛乳	ホットドック ごはん ポテトサラダ コーンスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ホテルブレッド 鮭の塩焼き 厚焼き卵 味噌汁 牛乳	おにぎり 漬物 キムチスープ ゼリー 牛乳	ホットケーキ ごはん トマトコロッケ コンソメスープ 牛乳	
		553	440	509	493	537	549	428
	昼食	エビチリ丼 サラダバイキング わかめスープ	とろろごはん サバの塩焼き 揚げ出し豆腐 マカロニサラダ	ごはん チンジャオロース ごま団子 中華和え 中華スープ	カツカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん ミートスパゲッティ エビフライ 唐揚げ サラダ	ごはん 和風ハンバーグ 厚揚げの煮物 赤だし	ごはん 鶏南蛮うどん 肉団子 のりセレクト
		1065	1071	1032	1153	1492	977	1116
夕食		ごはん 肉団子と野菜のスープ チキンのオープン焼き サラダ	ごはん 唐揚げの甘酢和え 野菜炒め 味噌汁	ごはん クリームシチュー 和風ピザ サラダ	ごはん 麻婆豆腐 揚げ焼売 サラダ	ごはん 豚肉の焼肉ソース 金平ごぼう 卵スープ	ごはん 鶏肉の照り焼き ナポリタン ゆかり和え 味噌汁	梅ちりめんごはん 魚の天ぷら 茄子とさつま揚げの塩煮 胡瓜の酢物 味噌汁
		1175	1346	1416	1031	1094	1244	1095
	総カロリー	2793	2857	2957	2677	3123	2770	2639
夕食	きつねうどん 5月28日	親子丼 5月29日	ぶっかけうどん 5月30日	鶏肉の竜田揚げ丼 5月31日	豚肉の焼肉丼	カレーライス	てりやきバーガー	
朝食	ごはん ホワイトブレッド つくねチーズ かき玉汁 牛乳	パン2種 ごはん ポテトカップグラタン 春雨スープ フルーツ 牛乳	ごはん 食パン 納豆 漬物 韓国風スープ 牛乳	小倉トースト ごはん ゆで卵 コンソメスープ ヨーグルト 牛乳				
		548	458	591	583			
	昼食	ピビンバ丼 温泉卵 中華スープ	ごはん グラタン フランドチキン コンソメスープ	牛飯 サバの味噌煮 豚バラ大根 すまし汁	キーマカレー サラダバイキング デザート 牛乳			
		785	1233	1225	1073			
夕食		ごはん ポトフ ハムカツ サラダ	ごはん 豚肉のパン粉焼き ひじき煮 海藻サラダ 味噌汁	ごはん 鶏肉のピリ辛焼き 大学芋 シーフードマリネ わかめスープ	ごはん 酢豚 餃子 サラダ			
		1291	1205	1245	1139			
	総カロリー	2624	2896	3061	2795			
夕食	きつねうどん	てりやきバーガー	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼				

★献立について★

◆朝食

・毎週日曜日・火曜日・木曜日・金曜日はご飯の日!!

金曜日がごはんのみの日

ごはん食に合わせたおかずとなっております。

・毎週月曜日・水曜日・土曜日はパンの日!!

パン食に合わせたおかずとなっております。

金曜日以外は、ご飯もパンも両方用意しておりますが、数に限りがありますので、なくなり次第終了とさせていただきます。

★献立について★
◆朝食
・毎週日曜日・火曜日・木曜日・金曜日は**ご飯の日!!**
金曜日が**ごはんのみの日**
ごはん食に合わせたおかずとなっております。

・毎週月曜日・水曜日・土曜日は**パンの日!!**
パン食に合わせたおかずとなっております。

金曜日以外は、ご飯もパンも両方用意しておりますが、
数に限りがありますので、なくなり次第終了とさせていただきます。