

献立予定表（ 5 月度）

	日曜日 4月28日	月曜日 4月29日	火曜日 4月30日	水曜日 5月1日	木曜日 5月2日	金曜日 5月3日	土曜日 5月4日
朝食	ホワイトデニッシュヨコラ	ごはん	ごはん				
	ごはん	納豆	クリームパン				
	ベーコンエッグ	温泉卵	サバの塩焼き				
	コーンスープ	豚汁	だし巻き卵				
	牛乳	牛乳	味噌汁				
			牛乳				
	629	584	783				
昼食	バーベキュー丼	ごはん	チャーハン				
	漬物	カツバーグ	酢豚				
	卵スープ	付け野菜	デザート				
		ペペロンチーノ					
		フルーツ					
	1310	1246	1028				
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	鶏肉のにんにくバター醤油焼き	豚ロースの焼肉ソース	ビーフンチュー	チーズハンバーグ	鶏天	血うどん	サバの味噌煮
	もやし炒め	さつま芋の甘煮	コンコロッケ	フライドポテト	南瓜の煮物	チヂミ	ポテトの醤油炒め
	ごぼうサラダ	ミモザサラダ	付け野菜	ウインナー	フルーツ	付け野菜	ほうれん草の胡麻和え
		わかめスープ		コーンスープ		デザート	ふりかけ
	1242	1162	1073	1397	1602	1140	1030
総カロリー	3181	2992	2884	1397	1602	1140	1030
夜食							
	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日
朝食		ごはん	ごはん	シュガートースト	ごはん	ウインナーパン	ごはん
		納豆	レーズンパン	ごはん	穀物ロール	ごはん	バターロール
		温泉卵	鮭の塩焼き	ウインナー	納豆	スクランブルエッグ	コロッケ
		キムチスープ	だし巻き卵	コンソメスープ	ミニハンバーグ	ヨーグルト	フルーツ
		牛乳	味噌汁	牛乳	すまし汁	中華スープ	味噌汁
			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
		742	587	414	669	599	608
昼食		食育	ごはん	チーズカレー	ごはん	ごはん	ごはん
		鯛めし	豚肉の焼肉ソース	サラダバイキング	鶏肉のキムチ焼き	ホイコーロー	徳島ラーメン
		いわしハンバーグ	付け野菜	デザート	きのこスパゲッティ	大学芋	ミニ唐揚げ
		たけのこの煮物	厚揚げの煮物	牛乳	コールスローサラダ	ナムル	デザート
		味噌汁	フルーツ		卵スープ		ふりかけ
		柏餅					
		1138	1482	1260	1223	1389	1550
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	菜めし	ごはん	ごはん
	豚肉と豆腐の旨煮	ごま塩からあげ	煮込みハンバーグ	水餃子	サバの塩焼き	ヒレカツ	豚肉の柳川風
	つくねチーズ	ひじき煮	野菜グラッセ	野菜コロッケ	肉じゃが	付け野菜	チキンのパン粉焼き
	付け野菜	もやしと胡瓜の和え物	カルボナーラサラダ	付け野菜	白菜とカニカマの和え物	里芋のそぼろ煮	付け野菜
					味噌汁	フルーツ	
	1203	1090	1358	1115	1171	1085	1489
総カロリー	1203	2970	3427	2789	3063	3073	3647
夜食							
	5月12日	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	
朝食	ごはん	ホットケーキ	ごはん	ホットドッグ	ごはん	チョコねじりパン	ごはん
	温泉卵	ごはん	あんパン	ごはん	バターロール	ごはん	食パン
	ウインナー	スコッチエッグ	目玉焼き	ヨーグルト	温泉卵	チキンナゲット	肉豆腐
	バナナ	白菜スープ	味噌汁	コンソメスープ	チーズインハンバーグ	ヨーグルト	味噌汁
	豚汁	牛乳	牛乳	牛乳	味噌汁	コーンスープ	フルーツ
	牛乳			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	888	464	611	501	761	631	830
昼食	体育大会	豚丼	ごはん	キーマカレー	ごはん	オムライス	ごはん
		漬物	カルボナーラ	サラダバイキング	豚肉のネギ塩焼き	チキンのオープン焼き	鶏南蛮うどん
		味噌汁	照り焼きチキン	デザート	付け野菜	付け野菜	天ぷら
			付け野菜	牛乳	高野豆腐の卵とじ	中華スープ	ふりかけ
					フルーツ		
		1408	1855	1156	1321	1027	1132
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	郷土料理 名古屋	牛飯	ごはん
	鶏肉の味噌焼き	焼きそば	鮭のフライ(タルタルソース)	唐揚げの野菜あん	ごはん	サバのパン粉焼き	
	さつま揚げの煮物	軟骨の唐揚げ	ジャーマンポテト	レンコンの炒め物	味噌カツ	野菜炒め	
	小松菜の和え物	サラダバイキング	大根サラダ	付け野菜	ミニトマト	枝豆	
		デザート			きしめん		
					杏仁フルーツ		
	1147	1394	1154	1144	1178	1842	1274
総カロリー	2035	3266	3620	2801	3260	3500	3236
夜食							
	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
	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	チョコフレーク	のり茶漬け	ごはん	フレンチトースト	おにぎり	ジャムパン	ごはん
	ごはん	漬物	クリームパン	ごはん	豚汁	ごはん	バターロール
	フランクフルト	サバの塩焼き	納豆	ジャーマンポテト	ゼリー	アメリカンドッグ	照り焼きチキン
	中華スープ	牛乳	ツナマヨ	コンソメスープ	牛乳	ヨーグルト	味噌汁
	牛乳		味噌汁	牛乳	味噌汁	ポタージュ	フルーツ
			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	443	730	783	480	550	443	707
昼食	親子あんかけ丼	ピラフ	ごはん	カツカレー	ごはん	ごはん	ごはん
	漬物	トマトコロッケ	豚肉と卵の炒め物	サラダバイキング	白身魚の焼肉ソース	グラタン	味噌ラーメン
	味噌汁	付け野菜	付け野菜	デザート	ビーフンソテー	フライドチキン	焼売
		ワンタンスープ	切干大根の煮物	牛乳	ゆかり和え	付け野菜	ふりかけ
			フルーツ		わかめスープ	卵スープ	
	990	849	1249	1286	945	1071	1341
夕食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ハヤシライス
	豚ロースの照り焼き	すき焼き風	チキンチャップ	チゲ鍋	チキン南蛮	ハンバーグ	漬物
	コンソメ煮	温泉卵	塩焼きそば	肉まん	付け野菜	フライドポテト	サラダバイキング
	海藻サラダ	うどん	トマトサラダ	サラダバイキング	餅巾着	ウインナー	デザート
	フルーツ	サラダバイキング			フルーツ	コーンスープ	
	1072	1434	1353	1329	1386	1308	1129
総カロリー	2505	3013	3385	3095	2881	2822	3177
夜食							
	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	豚肉の焼肉丼
	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日	
朝食	バイキング	ごはん	ごはん	ピザトースト	ごはん	カレーパン	
	ごはん・ミニハンバーグ	納豆	レーズンパン	ごはん	バターロール	ごはん	
	フライドポテト・だし巻き卵	温泉卵	豚肉の角煮	フルーツポンチ	野菜のつくね	ポテトカップグラタン	
	ウインナー・サラダ	けんちん汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	ヨーグルト	
	オレンジ・味噌汁	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	中華スープ	
	牛乳					牛乳	
	902	716	731	510	702	519	
昼食	ビビンバ丼	ごはん	とろろごはん	ポークカレー	ごはん	ごはん	
	温泉卵	和風スパゲッティ	魚の照り焼き	サラダバイキング	チキンカツ	チンジャオロース	
	わかめスープ	エビフライ	肉じゃが	デザート	付け野菜	桃まん	
		付け野菜	ササミと胡瓜の和え物	牛乳	五目煮	中華和え	
		ジュース			フルーツ		
	958	1179	962	1224	1300	1120	
夕食	ごはん	ひつまぶし	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
	鶏肉のバター醤油焼き	牛肉コロッケ	豚しゃぶ	麻婆豆腐	豚ロースの生姜焼き	ビーフンチュー	
	レタスと卵の炒め物	付け野菜	マロニー・白菜	春巻き	金平ごぼう	コンコロッケ	
	カルボナーラサラダ		湯豆腐	付け野菜	ミモザサラダ	付け野菜	
			デザート				
	1406	826	1438	1185	1069	1073	
総カロリー	3266	2721	3131	2919	3071	2712	0
夜食							
	きつねうどん	焼豚卵飯	照り焼きバーガー	鶏肉の竜田揚げ丼	ぶっかけうどん	カレーライス	
朝食							
昼食							
夕食							
総カロリー	0	0	0	0	0	0	0
夜食							

☆献立について☆

◆朝食

・毎週月曜日・火曜日・木曜日・土曜日は**ご飯の日**！！
ご飯食に合わせたおかずとなっております。

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