

予定献立一覧表

常食

2026年5月1日(金)

～ 2026年5月31日(日)

	1(金)	2(土)	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)	
朝	御飯 ハムと野菜の炒め物 納豆 味噌汁(里芋・ねぎ) 牛乳200ml	パン アンサンブルエッグ ツナサラダ コーンスープ 牛乳200ml	御飯 たらばご ほうれん草のなめ茸和 味噌汁(ワカメ・麩) 牛乳200ml	御飯 炒り豆腐 さつまいもの甘露煮 味噌汁(キャベツ・柿) 牛乳200ml	パン ハムと野菜のソテー* フルーツ(みかん缶) パンブキンスープ 牛乳200ml	御飯 インゲンとツナの炒め煮 金時豆 味噌汁(はんぺん) 牛乳200ml	パン オムレツ(具)* 温野菜サラダ ポタージュスープ 牛乳200ml	御飯 カブとつみれの煮物 鮭フレック 味噌汁(なめこ) 牛乳200ml	パン 野菜のコンソメ煮 マカロニサラダ 牛乳200ml	御飯 豆腐ハンバーグ キャベツの塩昆布和え 味噌汁(かぶ・葉) 牛乳200ml	
昼	御飯 赤魚のパン粉焼き がんもの煮物 マカロニサラダ 清汁(しい・ほう)	ゆかりごはん *蒸し豆腐そぼろかけ 根菜の炒め煮 小松菜のおひたし 味噌汁(なめこ・みつ)	御飯 鮭の山椒焼き 切干大根の炒り煮 金時豆 味噌汁(小松・しめ)	御飯 牛肉の甘辛炒め かぶの酢の物 フルーツ(洋梨) 味噌汁(油・白)	チキンライス スクランブルエッグ ハンバーグ ブロッコリーのさらだ りんごゼリー クラムチャウダー	御飯 豚肉トマトソース煮込み キャベツのドレッシング和え 桃ゼリー コンソメスープ	御飯 牛肉の塩だれ炒め アスパラときのこのソテー 春雨サラダ ABCスープ	御飯 チキンカレー 大根サラダ りんごヨーグルト	御飯 鱈の味噌煮 ひじきの煮物 ツナと野菜の和え物 けんちん汁	御飯 牛肉のポン酢炒め 里芋の煮ころがし 大根の浅漬け 清汁(ワ・ミツ)	
間	焼きドーナツ(いちご)	バウムクーヘン	レアチーズケーキ	クレープ(バナナ)	練り切り	きみしぐれ	ドーナツチョコ	どら焼き(抹茶)	レモンケーキ	宇治抹茶ワッフル	
夕	御飯 牛肉のオイスター炒め さつまいもの煮物 白菜のごま和え 味噌汁(玉・わか)	御飯 さわらの照り焼き じゃが芋の煮物 エビ・ブロッコリー・カブの炒め 清汁(えのき・葱)	御飯 厚揚げと豚肉炒め 南瓜の煮物 インゲンのごま和え 清汁(蒲鉾)	御飯 鱈の煮つけ れんこん金平 ツナと野菜のサラダ 具沢山味噌汁	御飯 ムツの照り焼き 昆布の煮物 白菜のしそ風味 味噌汁(麩・玉)	御飯 かれいの生姜焼き がんもの煮物 ツナごま和え 味噌汁(里芋・葱)	御飯 ぎせい豆腐 里芋の鶏そぼろかけ 青菜ポン酢和え 味噌汁(かぶ・玉葱)	御飯 鱈の焼き南蛮漬け ほうれん草の煮浸し 長芋ゆかり和え 味噌汁(キャベツ・麩)	御飯 鶏肉と卵の親子煮 れんこん金平 長芋ゆかり和え 味噌汁(舞茸・葱)	御飯 赤魚の煮つけ たけのこの炒め煮 小松菜のわさび和え 味噌汁(たま・わか)	
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	
朝	御飯 五目厚焼き玉子* 大根と薩摩揚げの煮物 味噌汁(アサリ) 牛乳200ml	パン ポークビーンズ* スパゲティサラダ 牛乳200ml	御飯 がんもの煮物* 昆布と大豆の煮もの 味噌汁(ツマ・柿) 牛乳200ml	パン *ポトフ フルーツ(みかん) 牛乳200ml	御飯 野菜つみれの煮物 椎茸と昆布炒め煮 味噌汁(アサリ) 牛乳200ml	パン 白菜のミルク煮 タマゴサラダ 牛乳200ml	御飯 インゲンの炒め煮 納豆 味噌汁(ナメコ・柿) 牛乳200ml	御飯 目玉焼き* 三色豆 味噌汁(ホウレンソウ・油揚げ) 牛乳200ml	パン グラタン* ブロッコリーサラダ コンソメスープ(納豆・コン) 牛乳200ml	御飯 はんぺんの卵とじ 大豆ボールの野菜あん 味噌汁(大根) 牛乳200ml	
昼	御飯 鮭の塩焼き 海老と野菜の炒め物 ほうれん草のドーナツ和え 味噌汁(白菜・揚げ)	御飯 蒸し鶏の葱塩* ひじきと根菜の炒め煮 かまぼこ野菜マヨ和え 清汁(カブ)	御飯 スパニッシュオムレツ グリーンサラダ フルーツゼリー ABCスープ	御飯 鱈の生姜醤油焼き かぼちゃの煮物 きゅうりの酢の物 もずくスープ	汁なし担々麺 もやしのナムル フルーツ(マンゴー) 卵スープ	御飯 カレイの香味焼き 高野豆腐の煮物 枝豆・コンのマヨ和え 味噌汁(ダイ・油)	御飯 *えびチリソース 焼売 ももヨーグルト 中華スープ	御飯 鱈の焼き南蛮漬け じゃが芋のたらこ炒め ほうれん草の塩昆布和え 味噌汁	御飯 温玉キーマカレー かぼちゃサラダ フルーツゼリー	御飯 牛じゃが 切干大根の煮物 とろろ芋 味噌汁(若布・I/キ)	
間	おはぎ(きなこ)	おかき(の)	フルーチェ	チーズケーキ	上用饅頭(白)	蒸しケーキ(イ)	焼きドーナツ(チョコ)	吹雪まんじゅう	水まんじゅう(ゆず)	今川焼き(小倉)	
夕	御飯 麻婆茄子 かまぼこ(ごま) 杏仁スイーツ 中華スープ(タマ・ネ)	御飯 鱈のみりん醤油焼き 高野豆腐の煮物 白花豆 味噌汁(白菜・玉)	御飯 鶏肉の味噌焼き 金平ごぼう 小松菜のゆかり和え 清汁(麩・葉葱)	御飯 牛肉の甘辛煮 なすの味噌炒め フルーツ(リン・パ) 清汁(豆腐・みつば)	御飯 ぎせい豆腐 ひじきの煮物 かぶの浅漬け 味噌汁(里芋・葱)	御飯 鶏肉のピカタ 根菜ときのこのソテー イチゴムース コンソメスープ(納豆・タマ)	御飯 赤魚の照り焼き キャベツの炒め物 茄子のおろしポン酢 味噌汁(若布・I/キ)	御飯 *豚肉の生姜炒め 根菜と大豆の炒め煮 大根のほうれん草和え 味噌汁	御飯 鱈の梅シロ風味焼き 豆腐田楽 揚げなすの浸し 清汁	御飯 ふくさ焼き 竹輪のカレー炒め もやしと水菜のサラダ 味噌汁(南瓜・ネ)	
	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)
朝	パン ほうれん草のソテー フルーツ(みかん) コーンスープ 牛乳200ml	御飯 野菜の炒め物* 金時豆 味噌汁(わか・柿) 牛乳200ml	パン ポタージュ煮 ポテトサラダ 牛乳200ml	御飯 五目厚焼き玉子* インゲンとハムの炒め物 味噌汁(オクラ・エノ) 牛乳200ml	御飯 厚揚げの煮物 小松菜のお浸し 味噌汁(ホト・玉柿) 牛乳200ml	パン グラタン* 温野菜サラダ(ごま) コンソメスープ(白菜・コン) 牛乳200ml	御飯 赤魚の味噌醤油焼き 昆布と大豆の煮物 *味噌汁(エノ・わか) 牛乳200ml	パン *ポトフ(トマト) フルーツ(洋梨缶) 牛乳200ml	御飯 冬瓜と鶏団子の煮物 納豆 味噌汁(里芋) 牛乳200ml	パン オムレツ(チーズ入り) ポテトサラダ 乳酸菌ウォーター 牛乳200ml	御飯 鱈の生姜醤油焼き ほうれん草のごま和え 味噌汁(豆腐・柿) 牛乳200ml
昼	御飯 鶏肉のハニーマスターソース カリフラワーのソテー りんごヨーグルト コンソメスープ(青梗菜・コ)	御飯 かれいの生姜風味焼 厚揚げの鶏そぼろ煮 さつまいもサラダ 味噌汁(白・ごぼ)	鮭と卵の二色丼 大根とがんもの煮物 フルーツ(甘夏缶) 清汁(ほう・麩)	菜飯 さばの照り焼き 冬瓜のかにあんかけ 水菜サラダ 味噌汁(マタ・ダイオ)	御飯 牛肉としその味噌炒め なすの煮浸し 三色豆 清汁(麩・葱)	御飯 肉団子のトマト煮 蓮根ごまサラダ フルーツ(カキル) 豆乳スープ	御飯 鱈のバター醤油 ひじきの煮物 和風マカロニサラダ 味噌汁(油揚げ・里)	御飯 鱈の生姜煮 ほうれん草の炒め物 ヨーグルト(ブルーベリー) 味噌汁(ハンペン・葉)	御飯 豚肉のオイスター炒め 大根とがんもの煮物 春雨サラダ 清汁(麩・ミツ)	御飯 鶏肉のタンドリーかけ なすとインゲンの炒め フルーツゼリー(桃) ABCスープ	御飯 鮭の味噌焼き 白菜の煮浸し 蓮根サラダ 清汁(麩・ほう)
間	ロールケーキ	おはぎ(ごま)	ドーナツ(か)	おからケーキ	ワッフル	たい焼き	ぼんせん えび	マドレーヌ	水まんじゅう	バウムクーヘン	黒糖まんじゅう
夕	御飯 鱈の照り焼き こぶし芋 かぶの梅和え 味噌汁(ナス・油)	御飯 エビと豚肉ポン酢炒め 根菜と大豆の炒め煮 キャベツ塩昆布和え 味噌汁(なめこ・豆腐)	御飯 鮭の山椒焼き れんこんの炒め物 春雨中華サラダ 味噌汁(小松菜・揚)	御飯 タンドリーチキン キャベツとしめじのソテー マスカットゼリー コーンスープ	御飯 海鮮炒め 餃子 もやしのナムル 中華スープ(玉・コ)	御飯 鮭の味噌焼き 切干大根の炒め煮 長芋のゆかり和え 清汁(豆腐・葉葱)	御飯 牛肉と牛蒡の炒め煮 じゃが芋のたらこ炒め 白菜のなめたけ和え 味噌汁(高野・柿)	御飯 かに玉風 焼売(ほ) 小松菜の辛子和え 中華スープ(ウ・春)	御飯 シーフードカレー マカロニツナサラダ いちごムース	御飯 かれいの煮付け エビと小松菜の炒め物 かぶの浅漬け 味噌汁(若布・玉葱)	御飯 松風焼 里芋の煮ころがし チンゲン菜の和え物 味噌汁(かぼちゃ)