5月献立表

1日（木）	2日（金）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）	12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）	19日（月）
ご飯 豚肉の生姜焼き スパサラダ みそ汁 デザート	ご飯 西京焼き 白菜のおかか和え けんちん汁 デザート	鶏そぼろ丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鯵のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 デザート	パン 焼きそば ゆで卵 スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	ご飯 冷やし中華 大根のきんぴら しゅうまい デザート	ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 スープ デザート	照り焼き丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 マヨネーズ焼き サラダ スープ デザート	パン クリームシチュー ゆで卵 海藻サラダ デザート	ご飯 鰆の照り焼き 野菜炒め 豚汁 デザート
米 豚肉 玉ねぎ ピーマン トマト スパゲティ キャベツ シーチキン 人参 玉ねぎ えのき 人参 わかめ 青ねぎ りんご	米 ほき 白みそ 白菜 かつおぶし 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 黄桃 寒天	米 鶏ミンチ のり 卵 ほうれん草 ちりめんじゃこ 豆腐 玉ねぎ わかめ 人参 パイナップル	米 ごま 青のり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ オレンジ	米 鯵 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 人参 大根 ごぼう 青ねぎ うす揚げ みかん 寒天	ロールパン そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし パセリ 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ パイン 寒天	米 ゆかり そば 卵 わかめ ロースハム トマト 大根 人参 ごま しゅうまい りんご	米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 卵 玉ねぎ キャベツ もやし パセリ・ごま バナナ	米 鶏肉 卵 ほうれん草 ちりめんじゃこ キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ	米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし じゃがいも 人参 玉ねぎ ごま 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース 卵 わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび 市販ゼリー	米 鰆 もやし キャベツ 人参 コーン 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天

20日（火）	21日（水）	22日（木）	23日（金）	24日（土）	26日（月）	27日（火）	28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日（土）		
わかめご飯 冷やしそうめん じゃがいもの そぼろあんかけ デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ スープ デザート	鮭ご飯 野菜のきんぴら 春巻 みそ汁 デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	パン スパゲティ 鶏肉のから揚げ スープ デザート	ご飯 鯵の南蛮漬け ひじきの煮物 季節のみそ汁 デザート	ご飯 冷やしうどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 豆腐とツナの オムレツ風 ジャーマンポテト カレースープ デザート	ハヤシライス ソテー スープ デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	パン ビーフシチュー マカロニサラダ ゆで卵 デザート		
米 わかめ そうめん 卵 きゅうり トマト 合挽きミンチ じゃがいも 人参 グリーンピース オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ ごま パイナップル	米 鮭 卵 いんげん ごぼう 人参 大根 れんこん ごま 春巻 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ほうれん草 りんご	米 鯖 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白味噌 そうめん うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天	ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま 市販ゼリー	米 鯵 ピーマン トマト 玉ねぎ ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにゃく たけのこ 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ♪ 黄桃 寒天	米 青のり ごま うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 玉ねぎ 人参 オレンジ	米 卵 豆腐 シーチキン 青ねぎ 玉ねぎ かつおぶし キャベツ ベーコン じゃがいも 玉ねぎ パセリ 鶏肉　大豆 人参　玉ねぎ マカロニ りんご	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 キャベツ 玉ねぎ ごま パセリ バナナ	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり 卵 市販ゼリー		

5月献立表

卵除去

1日（木）	2日（金）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）	12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）	19日（月）
ご飯 豚肉の生姜焼き スパサラダ みそ汁 デザート	ご飯 西京焼き 白菜のおかか和え けんちん汁 デザート	鶏そぼろ丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鯵のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 デザート	パン 焼きそば かぼちゃの煮物 スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	ご飯 冷やし中華 大根のきんぴら しゅうまい デザート	ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 スープ デザート	照り焼き丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 ほきの塩焼き サラダ スープ デザート	パン クリームシチュー さつまいもの煮物 海藻サラダ デザート	ご飯 鰆の照り焼き 野菜炒め 豚汁 デザート
米 豚肉 玉ねぎ ピーマン トマト スパゲティ キャベツ シーチキン 人参 玉ねぎ えのき 人参 わかめ 青ねぎ りんご	米 ほき 白みそ 白菜 かつおぶし 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 黄桃 寒天	米 鶏ミンチ のり コーン ほうれん草 ちりめんじゃこ 豆腐 玉ねぎ わかめ 人参 パイナップル	米 ゆかり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ オレンジ	米 鯵 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 人参 大根 ごぼう 青ねぎ うす揚げ みかん 寒天	ロールパン そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり かぼちゃ わかめ 玉ねぎ もやし パセリ 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ パイン 寒天	米 ゆかり そば コーン わかめ 鶏ミンチ トマト 大根 人参 ごま しゅうまい りんご	米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ キャベツ もやし パセリ・ごま バナナ	米 鶏肉 コーン ほうれん草 ちりめんじゃこ キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ	米 ほき ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし じゃがいも 人参 玉ねぎ ごま 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース さつまいも わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび 市販ゼリー	米 鰆 もやし キャベツ 人参 コーン 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天

20日（火）	21日（水）	22日（木）	23日（金）	24日（土）	26日（月）	27日（火）	28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日（土）		
わかめご飯 冷やしそうめん じゃがいもの そぼろあんかけ デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ スープ デザート	鮭ご飯 野菜のきんぴら 春巻 みそ汁 デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	パン スパゲティ 鶏肉のから揚げ スープ デザート	ご飯 鯵の南蛮漬け ひじきの煮物 季節のみそ汁 デザート	ご飯 冷やしうどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 豆腐バーグ ジャーマンポテト カレースープ デザート	ハヤシライス ソテー スープ デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	パン ビーフシチュー マカロニサラダ かぼちゃの煮物 デザート		
米 わかめ そうめん コーン きゅうり トマト 合挽きミンチ じゃがいも 人参 グリーンピース オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ ごま パイナップル	米 鮭 コーン いんげん ごぼう 人参 大根 れんこん ごま 春巻 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ほうれん草 りんご	米 鯖 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白味噌 そうめん うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天	ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま 市販ゼリー	米 鯵 ピーマン トマト 玉ねぎ ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにゃく たけのこ 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ♪ 黄桃 寒天	米 ゆかり うどん コーン ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 玉ねぎ 人参 オレンジ	米 鶏ミンチ 豆腐 シーチキン 青ねぎ 玉ねぎ かつおぶし キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ パセリ 鶏肉　大豆 人参　玉ねぎ マカロニ りんご	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび キャベツ 玉ねぎ ごま パセリ バナナ	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり かぼちゃ 市販ゼリー		

5月献立表

卵・乳除去

1日（木）	2日（金）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）	12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）	19日（月）
ご飯 豚肉の生姜焼き スパサラダ みそ汁 デザート	ご飯 西京焼き 白菜のおかか和え けんちん汁 デザート	鶏そぼろ丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鰺のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 デザート	ご飯 焼きそば かぼちゃの煮物 おすまし デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	ご飯 冷やし中華 大根のきんぴら 鶏肉のソテー デザート	ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 おすまし デザート	照り焼き丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 ほきの塩焼き サラダ おすまし デザート	ご飯 煮物 海藻サラダ おすまし デザート	ご飯 鰆の照り焼き 野菜炒め 豚汁 デザート
米 豚肉 玉ねぎ ピーマン トマト スパゲティ キャベツ シーチキン 人参 玉ねぎ えのき 人参 わかめ 青ねぎ りんご	米 ほき 白みそ 白菜 かつおぶし 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 黄桃 寒天	米 鶏ミンチ のり コーン ほうれん草 ちりめんじゃこ 豆腐 玉ねぎ わかめ 人参 パイナップル	米 ゆかり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ オレンジ	米 鰺 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 人参 大根 ごぼう 青ねぎ うす揚げ みかん 寒天	米 そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり かぼちゃ わかめ 玉ねぎ もやし 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ パイン 寒天	米 ゆかり そば コーン わかめ 鶏ミンチ トマト 大根 人参 ごま 鶏肉 りんご	米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ キャベツ もやし バナナ	米 鶏肉 コーン ほうれん草 ちりめんじゃこ キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ	米 ほき ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし じゃがいも 人参 玉ねぎ 黄桃 寒天	米 じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー	米 鰆 もやし キャベツ 人参 コーン 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天

20日（火）	21日（水）	22日（木）	23日（金）	24日（土）	26日（月）	27日（火）	28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日（土）		
わかめご飯 冷やしそうめん じゃがいもの そぼろあんかけ デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ おすまし デザート	鮭ご飯 野菜のきんぴら 鶏肉のソテー みそ汁 デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	ご飯 スパゲティ 鶏肉のから揚げ おすまし デザート	ご飯 鰺の南蛮漬け ひじきの煮物 季節のみそ汁 デザート	ご飯 冷やしうどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 豆腐バーグ ジャーマンポテト おすまし デザート	ハヤシライス ソテー おすまし デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	ご飯 煮物 マカロニサラダ おすまし デザート		
米 わかめ そうめん コーン きゅうり トマト 合挽きミンチ じゃがいも 人参 グリーンピース オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ パイナップル	米 鮭 コーン いんげん ごぼう 人参 大根 れんこん ごま 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ほうれん草 りんご	米 鯖 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白味噌 そうめん うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天	米 スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 人参 わかめ 玉ねぎ 市販ゼリー	米 鰺 ピーマン トマト 玉ねぎ ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにゃく たけのこ 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ♪ 黄桃 寒天	米 ゆかり うどん コーン ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 玉ねぎ 人参 オレンジ	米 鶏ミンチ 豆腐 シーチキン 青ねぎ 玉ねぎ かつおぶし キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ パセリ 鶏肉　大豆 人参 玉ねぎ りんご	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび キャベツ 玉ねぎ バナナ	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー		

5月献立表

乳除去

1日（木）	2日（金）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）	12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）	19日（月）
ご飯 豚肉の生姜焼き スパサラダ みそ汁 デザート	ご飯 西京焼き 白菜のおかか和え けんちん汁 デザート	鶏そぼろ丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鰺のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 デザート	ご飯 焼きそば ゆで卵 おすまし デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	ご飯 冷やし中華 大根のきんぴら 鶏肉のソテー デザート	ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 おすまし デザート	照り焼き丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 マヨネーズ焼き サラダ おすまし デザート	ご飯 煮物 海藻サラダ おすまし デザート	ご飯 鰆の照り焼き 野菜炒め 豚汁 デザート
米 豚肉 玉ねぎ ピーマン トマト スパゲティ キャベツ シーチキン 人参 玉ねぎ えのき 人参 わかめ 青ねぎ りんご	米 ほき 白みそ 白菜 かつおぶし 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 黄桃 寒天	米 鶏ミンチ のり 卵 ほうれん草 ちりめんじゃこ 豆腐 玉ねぎ わかめ 人参 パイナップル	米 ゆかり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ オレンジ	米 鰺 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 人参 大根 ごぼう 青ねぎ うす揚げ みかん 寒天	米 そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ パイン 寒天	米 ゆかり そば 卵 わかめ 鶏ミンチ トマト 大根 人参 ごま 鶏肉 りんご	米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 卵 玉ねぎ キャベツ もやし バナナ	米 鶏肉 卵 ほうれん草 ちりめんじゃこ キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ	米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし じゃがいも 人参 玉ねぎ 黄桃 寒天	米 じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー	米 鰆 もやし キャベツ 人参 コーン 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天

20日（火）	21日（水）	22日（木）	23日（金）	24日（土）	26日（月）	27日（火）	28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日（土）		
わかめご飯 冷やしそうめん じゃがいもの そぼろあんかけ デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ おすまし デザート	鮭ご飯 野菜のきんぴら 鶏肉のソテー みそ汁 デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	ご飯 スパゲティ 鶏肉のから揚げ おすまし デザート	ご飯 鰺の南蛮漬け ひじきの煮物 季節のみそ汁 デザート	ご飯 冷やしうどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 豆腐とツナの オムレツ風 ジャーマンポテト おすまし デザート	ハヤシライス ソテー おすまし デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	ご飯 煮物 マカロニサラダ おすまし デザート		
米 わかめ そうめん 卵 きゅうり トマト 合挽きミンチ じゃがいも 人参 グリーンピース オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ パイナップル	米 鮭 卵 いんげん ごぼう 人参 大根 れんこん ごま 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ほうれん草 りんご	米 鯖 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白味噌 そうめん うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天	米 スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 人参 わかめ 玉ねぎ 市販ゼリー	米 鰺 ピーマン トマト 玉ねぎ ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにゃく たけのこ 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ♪ 黄桃 寒天	米 ゆかり うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 玉ねぎ 人参 オレンジ	米 卵 豆腐 シーチキン 青ねぎ 玉ねぎ かつおぶし キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ パセリ 鶏肉　人参 玉ねぎ 大豆 りんご	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 キャベツ 玉ねぎ バナナ	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー		

5月献立表

卵・小麦除去

1日（木）	2日（金）	7日（水）	8日（木）	9日（金）	10日（土）	12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）	19日（月）
ご飯 豚肉の生姜焼き ビーフンサラダ みそ汁 デザート	ご飯 西京焼き 白菜のおかか和え けんちん汁 デザート	鶏そぼろ丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 汁ビーフン 炒り豆腐 デザート	ご飯 鰺のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え みそ汁 デザート	ご飯 焼きビーフン かぼちゃの煮物 おすまし デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	ご飯 冷やしビーフン 大根のきんぴら 鶏肉のソテー デザート	ご飯 ポークビーンズ 春雨の酢の物 おすまし デザート	照り焼き丼 おひたし みそ汁 デザート	ご飯 ほきの塩焼き サラダ おすまし デザート	ご飯 煮物 海藻サラダ おすまし デザート	ご飯 鰆の照り焼き 野菜炒め 豚汁 デザート
米 豚肉 玉ねぎ ピーマン トマト ビーフン キャベツ シーチキン 人参 玉ねぎ えのき 人参 わかめ 青ねぎ りんご	米 ほき 白みそ 白菜 かつおぶし 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 黄桃 寒天	米 鶏ミンチ のり コーン ほうれん草 ちりめんじゃこ 豆腐 玉ねぎ わかめ 人参 パイナップル	米 ゆかり ビーフン 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ オレンジ	米 鰺 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 人参 大根 ごぼう 青ねぎ うす揚げ みかん 寒天	米 ビーフン 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり かぼちゃ わかめ 玉ねぎ もやし 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ パイン 寒天	米 ゆかり ビーフン コーン わかめ 鶏ミンチ トマト 大根 人参 ごま 鶏肉 りんご	米 豚肉 人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも パセリ 春雨 きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ キャベツ もやし バナナ	米 鶏肉 コーン ほうれん草 ちりめんじゃこ キャベツ 玉ねぎ 人参 青ねぎ オレンジ	米 ほき ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし じゃがいも 人参 玉ねぎ 黄桃 寒天	米 じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー	米 鰆 もやし キャベツ 人参 コーン 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天

20日（火）	21日（水）	22日（木）	23日（金）	24日（土）	26日（月）	27日（火）	28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日（土）		
わかめご飯 冷やし春雨 じゃがいもの そぼろあんかけ デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め ビーフンサラダ おすまし デザート	鮭ご飯 野菜のきんぴら 鶏肉のソテー みそ汁 デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	ご飯 焼きビーフン 鶏肉のから揚げ おすまし デザート	ご飯 鰺の南蛮漬け ひじきの煮物 季節のみそ汁 デザート	ご飯 冷やしビーフン アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 豆腐バーグ ジャーマンポテト おすまし デザート	ご飯 煮物 ソテー おすまし デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	ご飯 煮物 ビーフンサラダ おすまし デザート		
米 わかめ 春雨 コーン きゅうり トマト 合挽きミンチ じゃがいも 人参 グリーンピース オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ ビーフン 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ パイナップル	米 鮭 コーン いんげん ごぼう 人参 大根 れんこん ごま 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ほうれん草 りんご	米 鯖 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白味噌 春雨 うす揚げ 青ねぎ パイン 寒天	米 ビーフン 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 人参 わかめ 玉ねぎ 市販ゼリー	米 鰺 ピーマン トマト 玉ねぎ ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにゃく たけのこ 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ♪ 黄桃 寒天	米 ゆかり ビーフン コーン ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 玉ねぎ 人参 オレンジ	米 鶏ミンチ 豆腐 シーチキン 青ねぎ 玉ねぎ かつおぶし キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ パセリ 鶏肉　大豆 人参 玉ねぎ りんご	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび キャベツ 玉ねぎ バナナ	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース ビーフン キャベツ 人参 きゅうり ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー		