

〇〇平成29年 5月 献立表 〇〇 [サンウイング]

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	7 (日)
朝食	中華粥 焼き豚 カリフラワーのゆかり和え 佃煮昆布	米飯 玉ねぎとツナの炒め煮 アスパラのマヨ和え 味噌汁 ふりかけ	ぶどうパン オムレツ マカロニサラダ ポタージュスープ ジュース	米飯 サバの塩焼き 小松菜のおかか和え 味噌汁 味噌汁 味付けのり	米飯 野菜と豚肉の炒め物 オクラの山かけ 味噌汁 金時豆煮	黒糖パン 魚肉ソーセージソテー かに風味サラダ パンパキンスープ 牛乳	米飯 厚焼き卵 いんげんの胡麻和え 味噌汁 ふりかけ
昼食	赤飯 魚の山椒焼き 炊き合わせ ほうれん草のゴマ和え すまし汁 果物	米飯 牛肉コロッケ 野菜きんぴら チンゲン菜のお浸し すまし汁 果物	豆じゃこごはん 鶏肉の香味焼き 大根菜の炒り煮 長芋の和え物 味噌汁 果物	おにぎり わかめうどん 根菜と油揚げの炒め煮 ナムル 果物	散らし寿司 天ぷら盛り合わせ 菜の花の和え物 すまし汁 果物	米飯 サバの竜田揚げ じゃがいもの旨煮 ほうれん草のお浸し すまし汁 果物	米飯 牛しらが焼き チンゲン菜の中華煮 ほうれん草の和え物 すまし汁 果物
昼間食	紅茶ゼリー	シュークリーム	ホットケーキ	ドーナツ	和餅	まんじゅう	コーヒーゼリー
夕食	米飯 かに玉あんかけ 切り干し大根の煮物 オクラの和え物 すまし汁	米飯 ポークソテー 里芋の含め煮 もずくの酢の物 すまし汁	米飯 カレイの煮つけ ふきと厚揚げの煮物 キャベツのピーナツ和え すまし汁	米飯 肉じゃが 春雨のソテー キャベツの和え すまし汁	米飯 魚のムニエル 蓮根の甘辛煮 人参の白和え すまし汁	米飯 鶏の和風ステーキ 厚揚げの味噌炒め ブロッコリーのドレッシング すまし汁	米飯 魚の幽庵焼き 大根とがんもの煮物 もやしの中華和え すまし汁
朝食	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	14 (日)
朝食	鮭雑炊 きのこの炒め物 小松菜の香りし和え たくあん	米飯 ニラ玉 菜の花の和え物 味噌汁 佃煮昆布	ロールパン ポイルソーセージ ミモザサラダ コンソープ コーヒート牛乳	米飯 湯豆腐 ふきの梅かつお和え 味噌汁 味噌汁 味付けのり	米飯 ピーマンと竹輪の炒め物 長芋のぼん酢和え 味噌汁 ふりかけ	米飯 もやしと焼き豚の炒め物 ほうれん草のおかか和え 味噌汁 梅びしお	米飯 里芋と厚揚げの煮物 菜の花のゴマ和え 味噌汁 味噌汁 味付けのり
昼食	肉うどん 高野豆腐の卵とじ キャベツの塩昆布和え 果物	米飯 照り焼きハンバーグ カリフラワーとベーコンのソテー 大根サラダ コンソメスープ 果物	米飯 白身魚フライ マカロニソテー かぼちゃサラダ 味噌汁 果物	中華丼 焼き餃子 春雨の和え物 すまし汁 果物	米飯 魚のみぞれ煮 かぼちゃの煮物 キャベツの和え物 かきたま汁 果物	米飯 牛肉の柳川風 きのこエビの炒め物 いんげんの辛子和え すまし汁 果物	米飯 ブリの照り焼き キャベツのスープ煮 オクラのドレッシング和え すまし汁 果物
昼間食	草もち	ホットケーキ	レーズン蒸しパン	まんじゅう	オレンジゼリー	団子	フルーチェ
夕食	米飯 スパニッシュオムレツ 切り昆布と竹輪の煮物 アスパラの和風和え すまし汁	米飯 魚の西京焼き れんこんの金平風 いんげんのツナ和え すまし汁	米飯 牛肉のオイスターソース炒め 五目大豆煮 チンゲン菜とエビの和え物 すまし汁	米飯 鮭のマヨネーズ焼き ブロッコリーとハムの炒め物 きゅうりの甘酢和え すまし汁	米飯 焼き鳥風 根菜の煮物 青菜のお浸し すまし汁	米飯 サバの煮つけ 竹の子と油揚げの煮物 アスパラの昆布和え すまし汁	米飯 ゆで豚のゴマだれ カリフラワーの中華炒め きゅうりのなめたけ和え すまし汁
朝食	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	21 (日)
朝食	芋粥 ちりめん入り炒り卵 もやしの青じそ和え 佃煮昆布	米飯 小松菜の煮浸し カリフラワーの梅和え 豚汁 ふりかけ	黒糖パン ジャーマンポテト アスパラのサラダ パンパキンスープ ジュース	米飯 玉ねぎとさつま揚げの炒め煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁 梅びしお	米飯 キャベツとハムのソテー きのこの和え物 味噌汁 佃煮昆布	ロールパン ベーコン入り炒り卵 フレンチサラダ コンソープ 牛乳	米飯 竹の子と油揚げの炒め煮 胡瓜の酢の物 味噌汁 味噌汁 ふりかけ
昼食	米飯 かき揚げ 筑前煮 ブロッコリーの和え物 すまし汁 果物	竹の子ご飯 魚の塩焼き 蓮根なます すまし汁 果物	ちゃんぽん シューマイ もやしの中華和え 果物	米飯 魚の香味焼き 茶わん蒸し いんげんの辛子和え すまし汁 果物	ハヤシライス ポテトサラダ フルーツカクテル 福神漬	米飯 鮭のムニエル 大根菜の炒り煮 アスパラの香味和え わかめスープ 果物	米飯 鶏肉のくわ焼き ひじきと大豆の煮物 れんこんサラダ すまし汁 果物
昼間食	コーヒーゼリー	もなか	カステラ	どら焼き	わらびもち	ゼリー	蒸しパン
夕食	米飯 魚の山椒焼き 高野豆腐の煮物 チキンサラダ すまし汁	米飯 照り焼きチキン ナポリタンソテー コールスローサラダ すまし汁	米飯 魚の煮つけ ピーマンのソテー 胡瓜とワカメの酢物 味噌汁	米飯 豚肉の生姜焼き 里芋といかの煮物 ほうれん草のゴマ和え すまし汁	米飯 魚の梅煮 切り昆布のすき煮 長芋の和え物 すまし汁	米飯 酢豚 青梗菜とエビ団子の中華煮 もやしのナムル すまし汁	米飯 さばの味噌煮 じゃがいものソテー 小松菜の磯辺和え すまし汁
朝食	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	28 (日)
朝食	梅きのこ雑炊 かぼちゃとがんもの煮物 なます 佃煮昆布	米飯 湯豆腐 大根菜のお浸し 味噌汁 梅びしお	ぶどうパン ブロッコリーとベーコンのソテー ツナサラダ ポタージュスープ コーヒート牛乳	米飯 白菜の煮浸し アスパラとささみの和え物 味噌汁 味噌汁 味付けのり	米飯 野菜とウインナーのソテー もやしの塩昆布和え 味噌汁 ふりかけ	米飯 ネギ入り炒り卵 長芋短冊 味噌汁 梅びしお	米飯 切り昆布とさつま揚げの煮物 大根のじゃこ和え 味噌汁 味噌汁 味付けのり
昼食	米飯 魚のフリッター いんげんのそぼろ煮 ビーフンサラダ すまし汁 果物	カレーライス スパゲティサラダ フルーツポンチ 福神漬	米飯 ふくき卵 大根の含め煮 白和え 味噌汁 果物	米飯 おろしハンバーグ ほうれん草のソテー かぼちゃサラダ すまし汁 果物	しょうゆラーメン 春巻き カリフラワーの和え物 果物	米飯 回鍋肉 チンゲン菜の中華煮 中華サラダ はるさめスープ 果物	米飯 魚の有馬煮 じゃがいもと鶏肉の旨煮 いんげんの和え物 すまし汁 果物
昼間食	プリン	まんじゅう	団子	水ようかん	ホットケーキ	シュークリーム	まんじゅう
夕食	米飯 チキンピカタ ウインナーとピーマンのソテー カリフラワーのドレッシング すまし汁	米飯 魚の西京焼き 五目煮 玉ねぎのボン酢和え すまし汁	米飯 鶏の治部煮 れんこんのごま炒め 小松菜の和え物 すまし汁	米飯 魚の南蛮漬 ひじきと根菜の煮物 オクラのなめたけ和え すまし汁	米飯 すき焼き風 三色金平 ブロッコリーの香りし和え すまし汁	米飯 鮭の塩焼き 炊き合わせ 青菜のお浸し すまし汁	米飯 松風焼き きのこえびの炒め物 もやしナムル すまし汁
朝食	29 (月)	30 (火)	31 (水)				
朝食	かに風味雑炊 野菜とハムの炒め物 小松菜の青じそ和え 佃煮昆布	米飯 焼き豚 チンゲン菜の和え物 味噌汁 ふりかけ	ロールパン スクランブルエッグ グリーンサラダ コンソープ ジュース				
昼食	炊き込みご飯 豚肉の梅香やき 里芋の含め煮 ブロッコリーのおかか和え すまし汁 果物	おにぎり きつねうどん 竹の子の炒り煮 青菜の和え物 すまし汁 果物	米飯 焼肉風 吉野煮 胡瓜の酢の物 味噌汁 果物				
昼間食	黒糖蒸しパン	水ようかん	プリン				
夕食	米飯 赤魚の煮つけ 炒り豆腐 菜の花の酢味噌和え すまし汁	米飯 鶏肉のオレンジ焼き きのこのバターソテー ポテトサラダ すまし汁	米飯 魚のみぞれ煮 菜の花の炒め物 ふきのおかか和え すまし汁				