


＜献立表＞


年月日 : 2025年4月27日 (日) ~ 2025年5月31日 (土)

	日 27	月 28	火 29	水 30	木 1	金 2	土 3
朝食	ごはん・粥・パン 人参のごまみそ炒め 納豆 梅なめたけ 味噌汁 (南瓜 小ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン 炒り豆腐 もずく酢 煮豆 味噌汁 (じゃが芋 小松菜) 牛乳	ごはん・粥・パン 牛肉とセロリの炒め物 白菜の梅肉和え ふりかけ 味噌汁 (岩のり ネギ) 牛乳	ごはん・粥・パン なすみそ炒め アスパラのお浸し のり佃煮 味噌汁 (かぶ かぶ菜) 牛乳	ごはん・粥・パン ほうれん草ソテー ねぎぬた 野沢菜昆布 味噌汁 (大根 麩) 牛乳	ごはん・粥・パン 大豆の五目煮 チンゲン菜のアーモンド和え 漬物 味噌汁 (わかめ ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン セロリ炒め インゲンのごま和え 畑のお肉 味噌汁 (卵 ほうれん草) 牛乳
	ごはん・粥・パン 赤魚のみそ焼 煮奴 小松菜のごま和え グレープフルーツ	ハヤシライス・粥・パン ピクルス キウイ	鮭散らし・粥・パン 豆腐のふんわり蒸し 山菜ピビンパ ずんだ和え オレンジ	まいたけごはん・粥・パン しゅうまい なめ茸和え 人参のたらこ炒め 味噌汁 (さつま芋 ねぎ)	ごはん・粥・パン ほたて入りうま煮 人参しりしり 生姜みそ和え りんご	ごはん・粥・パン 肉じゃが 白菜の梅肉和え フキ炒め 味噌汁 (えのき ねぎ)	青菜ごはん・粥・パン 京風煮 枝豆そぼろ イカサラダ 味噌汁 (白菜 あげ)
	ごはん・粥・パン すき焼かぼちゃ 野菜炒め 子持ちめかぶ 味噌汁 (フキ 卵)	ごはん・粥・パン 中華炒め みそ金平 オクラ和え 姫ゆばたけのこ	ごはん・粥・パン 天ぷら インゲンの煮物 酢の物 味噌汁 (キヌサヤ)	ごはん・粥・パン たらのごまみそ焼き 白菜のアーモンド和え さつまいもサラダ 洋ナシ缶	ごはん・粥・パン 宝来蒸し 大根サラダ なすの中華和え 味噌汁 (じゃが芋 小ネギ)	ごはん・粥・パン カレイの四川風煮込み れんこん金平 ほうれん草の辛子和え キウイ	ごはん・粥・パン チンジャオロースー 小松菜のふりかけ和え 蒸しなす柚子だれ りんご
	吹雪まんじゅう 梅茶	抹茶カステラサンド ミルクティ	練りきり 緑茶	フルーツヨーグルト	桃のケーキ	オムレット ミルクティ	桜まんじゅう 梅茶

	日 4	月 5	火 6	水 7	木 8	金 9	土 10
朝食	ごはん・粥・パン かぼちゃのそぼろ煮 チンゲン菜のピーナッツ和え 梅干し 味噌汁 (ふのり ネギ) 牛乳	ごはん・粥・パン ビーフソテー かぶのレモン酢 ふりかけ 味噌汁 (ずいき ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン 金平ごぼう 冷奴 梅びしお 味噌汁 (しめじ みつば) 牛乳	ごはん・粥・パン 白菜ソテー もやしサラダ 漬物 味噌汁 (豆腐 わかめ) 牛乳	ごはん・粥・パン セロリ炒め 大根サラダ 畑のお肉 味噌汁 (椎茸 ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン うの花炒り 梅肉和え たいみそ 味噌汁 (卵 小松菜) 牛乳	ごはん・粥・パン キャベツの洋風煮 ほうれん草のお浸し たいみそ 味噌汁 (えのき 大根菜) 牛乳
	ごはん・粥・パン 筑前煮 白和え あさりのヌタ 味噌汁 (卵 玉葱)	わかめごはん・粥・パン 焼き魚 (銀カレイ) 蒸しなす ごぼうサラダ りんご	ごはん・粥・パン 煮物 華風和え ほうれん草のお浸し キウイ	山菜そば 豆乳ココア (まめびよ) <麺禁止の方のメニュー> ごはん・粥・パン 鶏肉のごま焼き ごま和え 漬物・すまし汁 豆乳ココア (まめびよ)	ごはん・粥・パン そのみぞれ煮 ひじきと焼豆腐の煮物 ずんだ和え バナナ	<四国地方の郷土料理> ばら寿司・天ぷら こんにやくの白和え 竹の子とわかめの土佐煮 みかんゼリー	ごはん・粥・パン ブリの照り焼き 炒め豆腐 ターツアイのピーナッツ和え キウイ
	ごはん・粥・パン 鉄板焼 わらびの炒め煮 酢の物 グレープフルーツ	<子供の日メニュー> オムライス・粥・パン おかず盛り合わせ さつまいもサラダ きゅうりもみ	ごはん・粥・パン しゅうまい 白菜のごま和え さつま芋のミルク煮 味噌汁 (なす ねぎ)	わかめごはん・粥・パン 空也蒸し かぼちゃサラダ キャベツの辛子和え もも缶	ごはん・粥・パン 酢豚 きゅうりもみ 炒りこんにやく 味噌汁 (里芋 しそ)	ごはん・粥・パン 赤魚のみそ焼き チンゲン菜の炒め物 冷奴 りんご	ごはん・粥・パン 牛肉とレタスのかき油炒め 煮豆 しいたけの当座煮 味噌汁 (舞茸 キヌサヤ)
	プチシュークリーム 豆乳ココア	たい焼き 緑茶	黒糖サンド 抹茶ミルク	ハスカップゼリー	梅ようかん	ドームケーキ	黒糖まんじゅう ウーロン茶

	日 11	月 12	火 13	水 14	木 15	金 16	土 17
朝食	ごはん・粥・パン 大豆と昆布の煮物 チーズサラダ ひじきふりかけ 味噌汁(さつま芋 キヌサヤ) 牛乳	ごはん・粥・パン もやし炒め ほうれん草のごま和え のり佃煮 味噌汁(ふのり ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン みそ炒め 小松菜のピーナッツ和え ふりかけ 味噌汁(じゃが芋 大根菜) 牛乳	ごはん・粥・パン インゲンのごまみそ炒め キャベツサラダ めかぶ佃煮 味噌汁(岩のり ネギ) 牛乳	ごはん・粥・パン 野菜炒め 納豆 しそ昆布 味噌汁(ほうれん草 あげ) 牛乳	ごはん・粥・パン かぼちゃのそぼろ煮 もやしのおかか和え 漬物 味噌汁(玉葱 人参) 牛乳	ごはん・粥・パン 卵みそ えのきの土佐酢和え ひじきふりかけ 味噌汁(豆腐 ワカメ) 牛乳
	ごはん・粥・パン 焼き魚(ほっけ) インゲンの辛子和え なすの鍋しぎ風 味噌汁(大根 ねぎ)	ごはん・粥・パン 豚汁 豆腐のふんわり蒸し きゅうりもみ 漬物	ごはん・粥・パン 揚げ鶏の油淋鶏風 かぶの酢の物 イカサラダ バナナ	高菜ごはん・粥・パン 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草のくるみ和え 刺身こんにゃく グレープフルーツ	チキンカレー・粥・パン 漬物 ヨーグルト	ごはん・粥・パン さわらのゆず風味焼 白菜土佐酢 マッシュさつま芋 りんご	ごはん・粥・パン ポークチャップ風 小松菜のとびっこ和え かぼちゃサラダ 味噌汁(椎茸 あげ)
	梅ちりごはん・粥・パン ロールキャベツ マリネ マカロニソテー キウイ	ごはん・粥・パン たらの蒸し焼 卵とじ チンゲン菜の磯辺和え りんご	ごはん・粥・パン ほたて入りうま煮 バターコーン 子持ちめかぶ 味噌汁(なめこ ねぎ)	ごはん・粥・パン 巾着煮 マカロニのチーズ炒め 玉葱とわかめの酢正油 味噌汁(フキ 生あげ)	ごはん・粥・パン ほっけのネギみそ焼 もずく酢 かぼちゃのいとこ煮 キウイ	<2Fセレクトメニュー> ほたての照り焼き丼・粥・パン 又は 牛丼・粥・パン チキンサラダ ゆかり和え 味噌汁(里芋 大根菜)	ごはん・粥・パン 空也蒸し キムチ和え 金時豆と豚の甘辛煮 みかん缶
	3時 カステラ 緑茶	どら焼 梅茶	パパロアシュークリーム ミルクティ	フルーツヨーグルト	マドレーヌ	抹茶ようかん	吹雪まんじゅう 昆布茶

	日 18	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23	土 24
朝食	ごはん・粥・パン 洋風煮 わさび和え たいみそ 味噌汁(しめじ あげ) 牛乳	ごはん・粥・パン 大豆と昆布の煮物 かぶのレモン酢 漬物 味噌汁(南瓜 小松菜) 牛乳	ごはん・粥・パン 牛肉とセロリの炒め物 きゅうりの和え物 梅干し 味噌汁(卵 わかめ) 牛乳	ごはん・粥・パン なすソテー 小松菜のごま和え たいみそ 味噌汁(キヌサヤ) 牛乳	ごはん・粥・パン 人参のごまみそ炒め えびとほうれん草のサラダ 竹の子土佐煮 味噌汁(豆腐 ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン 大豆の煮物 梅肉和え しそ昆布 味噌汁(あげ 豆腐) 牛乳	ごはん・粥・パン けんちん煮 青梗菜のなめ茸和え のり佃煮 味噌汁(白菜 人参) 牛乳
	ごはん・粥・パン 赤魚のみそ煮 レタスと長芋のサラダ れんこん金平 味噌汁(かいわれ 舞茸)	ごはん・粥・パン 焼き魚(ほっけ) 人参しりしり さつまいもサラダ 味噌汁(椎茸 小ねぎ)	醤油ラーメン バナナ <麺禁止の方のメニュー> ごはん・粥・パン あじの照り焼 さつま芋グラッセ すまし汁・漬物 バナナ	親子丼・粥・パン ふきの炒め煮 酢の物 味噌汁(しめじ ねぎ)	ごはん・粥・パン カレイのカレー煮 じゃが芋のピンクサラダ 春雨酢の物 オレンジ	ごはん・粥・パン 豚肉の韓国風焼 しらたきのうま煮 小松菜の磯辺和え 味噌汁(キャベツ 卵)	青菜ごはん・粥・パン たらのマヨネーズ焼 マッシュかぼちゃ ブロッコリーサラダ グレープフルーツ
	ごはん・粥・パン 豚の角煮 切干大根の炒め煮 煮豆 りんご	ごはん・粥・パン 蒸し鶏 酢味噌和え マカロニグラタン グレープフルーツ	ごはん・粥・パン チンジャオロースー 炒りこんにゃく おろし和え ミロ	ごはん・粥・パン 煮魚(すずき) ピリ辛めかぶ かぼちゃサラダ りんご	ごはん・粥・パン 焼きょうざ 白花豆煮豆 白菜のうま煮 味噌汁(かぶ かぶ菜)	<3Fセレクトメニュー> ごはん・粥・パン さばのみそ煮 又は 鶏肉の香り煮 豆サラダ おろし和え 味噌汁(えのき ねぎ)	ごはん・粥・パン 鶏肉のみそ焼き わらびの炒め煮 かぶのレモン酢 味噌汁(玉葱 さつま芋)
	3時 ワッフル 抹茶ミルク	オムレット ミルクコーヒー	チーズタルト	お茶まんじゅう 梅茶	フルーツ寒天	あんだんご	ロールケーキ 豆乳ミルクティー

	日 25	月 26	火 27	水 28	木 29	金 30	土 31
朝食	ごはん・粥・パン ビーフンソテー とろろ 漬物 味噌汁 (ほうれん草 豆腐) 牛乳	ごはん・粥・パン なすみそ炒め 白菜の磯辺和え たいみそ 味噌汁 (オクラ 玉葱) 牛乳	ごはん・粥・パン はんぺんのみそ焼 小松菜のごま和え 梅びしお 味噌汁 (えのき 卵) 牛乳	ごはん・粥・パン ミニオムレツ インゲンのおかか和え ひじきふりかけ 味噌汁 (玉葱 麩) 牛乳	ごはん・粥・パン かぼちゃのそぼろ煮 三色生酢 たいみそ 味噌汁 (かぶ かぶ葉) 牛乳	ごはん・粥・パン みそ金平 白菜のアーモンド和え めかぶ佃煮 味噌汁 (キヌサヤ) 牛乳	ごはん・粥・パン 煮魚 (ほっけ) 酢味噌和え のり佃煮 味噌汁 (白菜) 牛乳
	ごはん・粥・パン 松風焼 きのこソテー 小松菜の辛子和え ヨーグルト	ごはん・粥・パン カレイのごま揚げ 大豆とひじきの煮物 セロリ酢和え パイン缶	ごはん・粥・パン 鶏肉と栗のうま煮 海藻のサラダ チンゲン菜のくるみ和え 味噌汁 (フキ あげ)	ごはん・粥・パン ほっけの若草焼 酢の物 チキンサラダ オレンジ	ごはん・粥・パン ぎせい豆腐 しらたきの煮物 ほうれん草のサラダ 味噌汁 (しめじ ねぎ)	ごはん・粥・パン 煮魚 (赤魚) ごぼうと牛肉の煮物 ずんだ和え バナナ	ごはん・粥・パン 鶏肉のみそ焼 小松菜の磯辺和え ずいきの炒め煮 味噌汁 (えのき)
夕食	ごはん・粥・パン 南蛮漬 春菊のごま和え うの花炒り 味噌汁 (ふのり ねぎ)	ごはん・粥・パン いかの五目炒め ピーマンとじゃこの炒め物 もずく酢 味噌汁 (とろろ ネギ)	ごはん・粥・パン 空也蒸し 昆布豆 オクラ和え キウイ	ごはん・粥・パン 豚肉の和風香味焼 玉葱サラダ 切干大根の炒め煮 味噌汁 (なめこ ねぎ)	ごはん・粥・パン 鶏肉の照り焼き 揚げピーマンのゆずみそかけ 中華サラダ 味噌汁 (豆腐 みつば)	<2Fセレクトメニュー> ごはん・粥・パン 中華炒め 又は 豚の角煮 イカのヌタ もやしのカレー醤油和え 野菜ジュース 豚の角煮	ごはん・粥・パン 変わり揚げ出し豆腐 イカのワカメ酢 キャベツのごま和え 味噌汁 (あげ なめこ)
	3時 抹茶まんじゅう 緑茶	レアチョコムース ホワイトウォーター	玉ドーナツ ウーロン茶	ドームケーキ	黒糖ゼリー	フルーツヨーグルト	カステラサンド オレンジティ