

2021年 5月 月間献立表

	月	火	水	木	金	土	日
				4月29日	30日	5月1日	2日
朝食				ハムチーズピカタ 牛乳 グリーンサラダ ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味付きのり スープ 味噌汁	豆腐ハンバーグ 牛乳 ゆでブロッコリー&ミニトマト ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム 選べる茶漬 スープ 味噌汁	ハムステーキ ゆでスナックエンドウ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味付きのり 味噌汁 スープ	調理パン等(セレクト)
昼食				親子丼 いかりんご グリーンサラダ 牛乳	ごはん さつま汁(鹿児島地方) 鶏の山椒焼き グリーンサラダ 宇治抹茶わらび餅	ごはん けんちん汁 さばの味噌焼き 千切りキャベツサラダ ゴールドキウイ	ナポリタン ノンフライチキン 千切りキャベツサラダ ほうれん草のスープ
夕食				ごはん もやしの味噌汁 ゆで豚の選べるソース ミモザサラダ マンゴープリン	オム焼きそば グリーンサラダ パパロアシュー れんこんのはさみ揚げ	ごはん 小松菜と揚げの味噌汁 牛肉と大根の煮物 グリーンサラダ いちごのムース	ごはん 豚肉と白菜のうま煮 ちくわの磯辺揚げ グリーンサラダ エッグタルト
	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
朝食	ジャーマンポテト ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 選べる茶漬	チキンのオープン焼き グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム 朝カレー 味噌汁	ケチャップ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 温泉卵	照り焼きチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁 きんぴらごぼう	ハムチーズピカタ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 スープ	チキンナゲット グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁 納豆	調理パン等(セレクト)
昼食	厚切りピザトースト ジンジャーソース たまごサラダ グリーンサラダ コーヒー牛乳	肉うどん 生ゆば2個 グリーンサラダ 黒蜜抹茶ゼリー	ごはん 生ゆばのお吸い物 鶏肉のおろし煮 千切りキャベツサラダ 相もち	カレーライス いかりんご グリーンサラダ オレンジジュース	味噌チゲ鍋風スープ 焼き鮭 グリーンサラダ ソフールヨーグルト	チャーハン わかめスープ はんぺんチーズサンド グリーンサラダ 牛乳	牛丼 わかめともやしのスープ えびのたまごサラダ グリーンサラダ 牛乳プリン
夕食	ごはん 白菜と卵の具だくさんスープ グリルチキン(選べるソース) グリーンサラダ ブルーチェ	チャーシュー丼 えびフリッター グリーンサラダ 牛乳	ごはん 大根と葱の味噌汁 豚肉のにくにくみそ焼き グリーンサラダ カットマンゴー	ごはん マカロニスープ ハンバーグ(選べるソース) グリーンサラダ 牛乳	ごはんと葱の味噌汁 ハッシュドポテト グリーンサラダ 野菜ジュース	ごはん 花かまぼこのすまし汁 豚肉のカレー醤油炒め 千切りキャベツサラダ ナタデココ	ごはん 麻婆豆腐 黒豚しゅうまい2個 レタスキゅうりサラダ 牛乳
	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
朝食	アスパラベーコン巻き ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 朝カレー 味噌汁	チキンハンバーグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁 漬物	ハッシュドポテト ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム スープ 味噌汁	チーズ肉団子 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 選べる茶漬	チキンのオープン焼き グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム パンケーキ 味噌汁	チーズオムレツ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム ココア 味噌汁 鮭フレーク	調理パン等(セレクト)
昼食	ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 さばの塩焼き グリーンサラダ 筑前煮	ジャージャー麺 えび海鮮ぎょうざ チンゲン菜の中華和え ブルーチェ	ごはん わかめと豆腐・ねぎの味噌汁(赤だし) トンテキ 千切りキャベツサラダ ゴールドキウイ	ハヤシライス 焼きじゃが グリーンサラダ 牛乳	ごはん 鮭とねぎの味噌汁 さけのレモンソテー ミモザサラダ コーヒー牛乳	鶏ごぼうごはん 大根と豚肉の味噌汁 豆腐ハンバーグ グリーンサラダ ひじきの炒り煮	キムチ鍋風うどん 磯辺もち スナックエンドウのサクサク醤油かけ 野菜ジュース
夕食	ごはん 大根の味噌汁 豚バラ大根 グリーンサラダ 焼きプリンタルト	ごはん 精進汁 鶏のさっぱりジンジャー煮 グリーンサラダ コーヒー牛乳	ごはん 肉じゃが(メイン) 白玉ぎょうざ グリーンサラダ 牛乳	ごはん 野菜味噌汁 豚肉しょうが焼き グリーンサラダ カットマンゴー	オム焼きそば ぎょうざ サラダコーンサラダ セノビーゼリー おかわりスープ	中華丼 ごぼうから揚げ グリーンサラダ シューアイス	ごはん 肉じゃが にらまんじゅう グリーンサラダ 牛乳
	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
朝食	プチウインナードッグ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	レモンバジルチキン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁 しらす	テリチキ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム スープ 味噌汁	チーズ肉団子 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁 選べる茶漬	レモンバジルチキン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム ココア 味噌汁	ハッシュドポテト ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁 バナナ	チキンのオープン焼き ゆでブロッコリー&ミニトマト 温泉卵 牛乳 ごはん・パン・フルグラ ジャム 味噌汁 バナナ お弁当
昼食	カレーライス えびフリッター アスパラのグリーンサラダ ナタデココ	なすとひき肉のポロネーゼ風 厚切りポテトのハニーマスタード アスパラサラダ ヨーグルト	メープルアーモンドツイスト ミルクパン2個 ポトフ風スープ マカロニサラダ グリーンサラダ コーヒー牛乳	ごはん わかめと豆腐・ねぎの味噌汁(赤だし) ひとくちひれカツ 千切りキャベツサラダ おかわりとうろ	ごはん わかめスープ 回鍋肉 サラダ菜クルトンサラダ えびしゅうまい	お弁当	
夕食	ごはん 白玉入りけんちん汁 鮭のバジル焼き グリーンサラダ コーヒー牛乳	ごはん わかめと豆腐・ねぎの味噌汁 焼き肉(選べるたれ) グリーンサラダ おかわりキムチ	わかめごはん えびフリッター 白菜と肉団子のうま煮 グリーンサラダ おかわり切干大根	ごはん 豆腐と葱の味噌汁 チキンソテー グリーンサラダ 抹茶プリン	ごはん とんこつ醤油ラーメン 角煮入りちまき 中華レタスサラダ 牛乳	ごはん 白菜と卵の具だくさんスープ 豚肉のスタミナ焼き グリーンサラダ 牛乳	そうめん 鍋のからあげ ミモザサラダ グリーンサラダ パナアイス
	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
朝食	調理パン等(セレクト)	調理パン等(セレクト)	赤ウインナー マカロニサラダ 牛乳 ゆでブロッコリー&ミニトマト ごはん・パン・コーンフレーク ジャム スープ 味噌汁	レモンバジルチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味付きのり クリームスープ 味噌汁	豆腐ハンバーグ 牛乳 グリーンサラダ ごはん・パン・チョコクリスピー ジャム 選べる茶漬 スープ 味噌汁	しょうゆチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム ひじき炒り煮 スープ 味噌汁	調理パン等(セレクト)
昼食	ロコモコ丼 フチトマのカプレーゼ 揚げじゃが フルーツ杏仁	スパゲティミートソース 野菜のキッシュ グリーンサラダ りんごジュース	バーガーハンズ ハンバーグ スライスマト レタスサラダ ポトフ風スープ 牛乳 スライスチーズ わかめごはん	ごはん 具だくさん汁 さばの塩焼き キャベツとささみの和え物 ショートケーキ大福	ごはん 大根と揚げの味噌汁 豚キムチ炒め グリーンサラダ 野菜と果物のゼリー	お弁当	お弁当
夕食	ごはん 鮭とわかめの味噌汁 豚肉のねぎ塩炒め グリーンサラダ 牛乳	ごはん かぼちゃの味噌汁 鶏肉の焼き鳥風 グリーンサラダ チーズタルト	妻ご飯 なめこと三つ葉の味噌汁 ゆで豚の選べるソース グリーンサラダ おかわりとうろ	オムライス(デミor トマト) 骨付きガーリックチキン グリーンサラダ フルーツ入りゼリー	冷やし中華 えびしゅうまい 中華ポテト 牛乳	ごはん キムチ鍋風スープ 鮭のマヨネーズ焼き 千切りキャベツサラダ ゴールドキウイ	豚丼 グリーンサラダ おかわり切干大根 りんごとカルピスゼリー
	31日	memo 天候により、献立が変更になることがあります。ご了承ください。 5月の献立では、アメリカンチェリーやゴールドキウイなどの、旬のフルーツを提供します。免疫力をたかめるためには、野菜や果物に多く含まれているビタミン・ミネラルを補うことがポイントです。できるだけ好き嫌いをせず、食事を摂ってくださいね。 5/23は体育祭です体育祭の夕食は、皆さんのリクエスト献立となります。アンケートの回答にご協力いただき、ありがとうございました！ 体育祭練習期間には、びねガードリンクを夕食時おかわりコーナーに提供します。お許しには、疲労回復効果や食欲増進効果など、疲れた体に効力がたくさんあります！皆さんが元気に体育祭に挑めるよう、私ども応援しています！					
朝食	チーズオムレツ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味噌汁 スープ 鶏もも						
昼食	ごはん ポトフ カーモンフライ グリーンサラダ ティラミス						
夕食	野菜塩ラーメン 小籠包2個 グリーンサラダ 野菜ジュース						