


1			5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
	日	月	火	水	木	金	土
朝			ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン さつまいものポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キヤベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 みそ汁 じゃが芋・わかめ 鮭の塩焼き ゆでたまご サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロッケ 納豆 ツナサラダ
昼			天ぷらうどん 竹の子炊き込みご飯 パンパンジーサラダ	からあげ丼 コールスロー しじみ汁	山かけうどん 豚キムチ シラスとフキご飯	牛スジカレー スパゲッティサラダ モズクとオクラのスープ	他人丼 なめこ汁 酢の物
夜			ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き チャプチェ さつまいもの甘露煮	ご飯 から揚げユーリンチー 南瓜のうま煮 小松菜のおひたし みそ汁 お漬物 牛乳	ご飯 魚介のミックスフライ コールスロー 高野豆腐 かきたま汁	ご飯 とんかつの卵とじ きんぴらごぼう いんげんごま合え すまし汁 お漬物	ご飯 秋刀魚の塩焼き こんにゃく甘煮 ハムカツ ミニサラダ 牛乳

2	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	食パン コーンスープ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スクランブルエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン カボチャのポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 みそ汁 じゃが芋・わかめ 鮭の塩焼き 玉子焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロケ 納豆 ツナサラダ
昼	照り焼きチキン丼 みそ汁 もやし 大根 こんにゃく甘煮	味噌ラーメン カボチャサラダ 揚げ肉団子 ご飯	タコライス ミネストローネ 魚の南蛮づけ	トマトパスタ バケツ ミニサラダ ししゃもフライ	マーボー丼 ブロッコリーのマヨ和え かきたま汁	チキンカレー 海藻サラダ チリコンカンスープ	親子丼 みそ汁 きのこ 青葱 じゃこのサラダ
夜	ご飯 白身魚のムニエル 揚げだし豆腐 筑前煮	ご飯 デミグラスハンバーグ 山菜のおひたし かきたま汁 お漬物	ご飯 鯉フライ キャベツ 高野豆腐 カレースープ	ご飯 チキンのクリーム煮 竹の子土佐煮 じゃこのサラダ お漬物 牛乳	ご飯 おろしとんかつ キャベツサラダ 酢の物 なめこ汁	ご飯 鶏のトマト煮 茄子揚げびたし ブロッコリーのマヨ和え すまし汁 お漬物	ご飯 八宝菜 春巻き 冷ややっこ 牛乳

3	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日
	日	月	火	水	木	金	土
期	食パン トマトポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン じゃがいものポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 みそ汁 じゃが芋・わかめ 鮭の塩焼き 卵焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロケ 納豆 ツナサラダ
昼	サラダうどん 豚じゃが きのこジンジャースープ	ソースかつ丼 みそ汁 厚揚げ なめこ ゴボウサラダ	豚骨ラーメン れんこんのきんぴら ミニチャーハン	中華丼 餃子 卵スープ	肉うどん マカロニサラダ いなりずし	キーマカレー 大根サラダ クリームスープ	かき揚げ丼 あさり汁 冷ややっこ
夜	ご飯 サバの竜田揚げ あんかけ肉団子 なめこ汁	ご飯 チンジャオロース もやしのナムル 卵スープ お漬物	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き チャプチェ さつまいもの甘露煮	ご飯 から揚げユーリンチー 南瓜のうま煮 小松菜のおひたし みそ汁 お漬物 牛乳	ご飯 魚介のミックスフライ コールスロー 高野豆腐 かきたま汁	ご飯 とんかつの卵とじ きんぴらごぼう いんげんごま合え すまし汁 お漬物	ご飯 秋刀魚の塩焼き こんにゃく甘煮 ハムカツ ミニサラダ 牛乳

4	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	食パン コーンスープ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン カボチャのポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 みそ汁 じゃが芋・わかめ 鮭の塩焼き 卵焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロケ 納豆 ツナサラダ
昼	焼きそば もやしと春菊のナムル 鯛の梅煮 ご飯	かつ丼 コーンサラダ 澄まし汁 カイワレ 豆腐	オムライス タラモサラダ キャベツポタージュ	月見うどん 鶏肉南蛮づけ エンドウ豆ご飯	三食丼 ゴボウサラダ みそ汁 きのこ 青菜	ハヤシライス 豆腐サラダ コンソメスープ	ネギトロ丼 みそ汁 じゃがいも キャベツ 切干大根
夜	ご飯 白身魚のムニエル 揚げだし豆腐 筑前煮	ご飯 デミグラスハンバーグ 小松菜のおひたし かきたま汁 お漬物	ご飯 鯉フライ キャベツ 高野豆腐 カレースープ	ご飯 チキンのクリーム煮 竹の子土佐煮 じゃこのサラダ お漬物 牛乳	ご飯 おろしとんかつ キャベツサラダ 酢の物 なめこ汁	ご飯 鶏のトマト煮 茄子揚げびたし ブロッコリーのマヨ和え すまし汁 お漬物	ご飯 八宝菜 春巻き 冷ややっこ 牛乳

5	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日				
	日	月	火	水	木				
朝	食パン トマトポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン さつまいものポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ				
昼	スタミナ弁当 みそ汁	しょうゆラーメン ご飯 手羽元ポン酢煮 ミニサラダ	豚丼 ミックスビーンズサラダ みそ汁 もやし ほうれん草	明太パスタ バケット ミニサラダ ポトフ	ビビンバ丼 春雨サラダ きのこジンジャースープ				
夜	ご飯 サバの竜田揚げ あんかけ肉団子 なめこ汁	ご飯 チンジャオロース もやしのナムル 卵スープ お漬物	ご飯 鯉のちゃんちゃん焼き チャプチェ さつまいもの甘露煮	ご飯 から揚げユーリンチー 南瓜のうま煮 小松菜のおひたし みそ汁 お漬物 牛乳	ご飯 魚介のミックスフライ コールスロー 高野豆腐 かきたま汁				