

2025 こんだて ひょう 5月

	日	月	火	水	木	金	土
					1日	2日	3日
朝	<p>※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。 ※常食の献立内容を掲載させていただきます。 ※記載の栄養成分は、昼食の汁物・おやつを除いた数値です。</p>						
昼					御飯 ヲマアと白菜の炒め物 味の胡麻ドレッシング すまし汁(里芋、青ネ) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マグリ ミートパティ 豆たっぷりムネシヤウ コツメスープ(ジャガ芋、絹ヤ) ショウ	御飯 茄子のそぼろあんかけ かつらのみね 味噌汁(大豆、大根) 牛乳
夕					御飯 鶏肉のガーリックステーキ カリフラワーのトマト煮 シムネコシヤウ ルーツ・パン缶	御飯 エビ・カマライ ホルン草とアサリの煮浸し アロカリのおかかおえ ルーツ・黄桃缶	御飯 イタリオムルミ ミートボールのコンソメ煮 菜の花のシヤウ ルーツ・カサ缶
朝	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
朝	御飯 車麩と春菊の煮物 蒸し鶏のシヤウ すまし汁(サヤ芋、白ネ) 牛乳	御飯 高野豆腐の煮物 青梗菜と蒸し鶏の和え物 味噌汁(玉葱、油揚) ヲルト	食パン(8枚切) ジャム&マグリ イタリ子の煮物 春菊のくるみおえ コツメスープ(南瓜、白ネ) 牛乳	御飯 厚焼卵 アロカリ・コンソメ すまし汁(わか、白菜) 牛乳	御飯 お豆腐揚げの煮物 切昆布と大豆と油揚の煮物 菜の花のお浸し 味噌汁(花麩、か) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マグリ ウィナーとインナーの炒め物 菜の花の和え物 コツメスープ(サヤ芋、水菜) ショウ	御飯 かぶのそぼろあんかけ 青梗菜とシヤウのシヤウ 味噌汁(里芋、椎茸) 牛乳
昼	<p>端午の節句</p>						
昼	御飯 豚肉とカリフラワーの味噌炒め こぼろの炒り煮 ホルン草の胡麻和え ルーツ・黄桃缶	ガーリックライス ビーフステーキ インナーの炒め物 花野菜シヤウ いちごゼリー	御飯 魚(鱈)のルーベグ じゃが芋のミル煮 小松菜のシヤウ ルーツ・パン缶	御飯 青椒肉絲(豚) 生揚げと白菜の中華煮 かりとわかの中和え 杏仁豆腐	御飯 アジフライ モロとピーマンと干しエビの塩炒め 青梗菜のなめ茸おえ ルーツ・マゴ缶	御飯 豚肉と大根の甘煮 鶏肉とピーマンの炒め物 ホトシヤウ ルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉のパン粉焼 茄子のトマト煮 カマライオオシヤウ ルーツ・カサ缶
夕	御飯 大根とつみれの煮物 かつらと挽肉の塩炒め もつと瓜のシヤウ 味噌汁(里芋、小松菜)	御飯 白身魚の青菜柚子あんかけ さつま揚げと玉葱の煮物 かぶのシヤウ すまし汁(揚げた、畑菜)	御飯 鶏肉の中華炒め なすの煮物 カリフラワー・梅肉おえ 味噌汁(蕎麦、水菜)	御飯 魚の胡麻だれ焼(かつら) 大根のそぼろ煮 かつらとシヤウの和え 味噌汁(わか、大根)	御飯 和風あんかけルーベグ 里芋とわかのお浸し かつらとわか すまし汁(白玉麩、畑菜)	御飯 えび玉 鶏肉とかつらの中華炒め カリフラワーの甘酢漬 中華スープ(豆腐、かつら)	御飯 赤魚の味噌マヨネーズ焼 フカ入りきんぴらごぼろ 白菜の帆立風味シヤウ すまし汁(わか、大根)
朝	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
朝	御飯 がねとぶきの煮物 大根とわかシヤウ すまし汁(玉葱、青ネ) 牛乳	御飯 つみれと南瓜の煮物 小松菜の和え物 味噌汁(揚げた、シヤウ) ヲルト	食パン(8枚切) ジャム&マグリ アレンジパティ 豆たっぷりムネシヤウ コツメスープ(ジャガ芋、玉葱) 牛乳	御飯 丸とシヤウの炒め物 インナーのピーマンおえ すまし汁(人参、かつら) 牛乳	御飯 車麩のそぼろあんかけ アロカリのシヤウ 味噌汁(わか、水菜) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マグリ ホルン草とインナーの炒め物 かぶのシヤウ コツメスープ(南瓜、絹ヤ) ショウ	御飯 鶏とインナーの炒め物 かつらのみね 味噌汁(里芋、春菊) 牛乳
昼	<p>母の日</p>		<p>笑顔ひろがるハレの日寿司</p>				
昼	五目ちらし寿司 桜でんご、絹ヤ、刻み海苔 空豆の薄くす煮 シムネコシヤウ ケーキ	御飯 魚のマトリス(つ) レコムのパン コシヤウ サヤ芋シヤウ ルーツ・フルツカケル缶	御飯 豚肉と白菜の塩麹炒め 春雨とわかのお浸し ホルン草とわかのお浸し ルーツ・マゴ缶	五目いなり寿司 魚(めばる)のもろみ味噌焼 れんこんきんぴら いわしつみれ汁(大根、人参、白ネ) せいろゼリー	御飯 エビと生揚げのマトリス 冬瓜の煮物 菜の花と人参の和え ルーツ・フルツカケル缶	御飯 豚肉のくわ焼 揚げなすの煮物 かりとわかのお浸し ヨーグルト・フルツカケル缶	御飯 白身魚の明太子マヨネーズ焼 青梗菜の卵炒め 人参シヤウ ルーツ・パン缶
夕	御飯 牛肉の柳川風 カリフラワーと瓜の炒め物 わかシヤウ 味噌汁(花麩、春菊)	御飯 鶏肉の香味焼 じゃが芋の甘煮 アロカリとわかのお浸し すまし汁(大根、油揚)	御飯 魚(ます)のルーベグ しょうゆ風味焼 アロカリの梅風味 味噌汁(椎茸、水菜)	御飯 揚げ豆腐 南瓜の煮物 かつらとわかのお浸し すまし汁(小松菜、里芋)	御飯 豚肉の梅肉焼 かぶと油揚げの煮物 かつらとそら豆のシヤウ すまし汁(白菜、玉葱)	御飯 魚(めばる)の山椒煮 大根とアロカリの炒め物 かつらシヤウ 味噌汁(豆腐、青ネ)	御飯 肉団子の野菜あんかけ 切干大根と大豆の煮物 南瓜のシヤウ すまし汁(菜の花、か)
朝	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
朝	御飯 がねと大根の炒り煮 小松菜の和え物 味噌汁(蕎麦、大根) 牛乳	御飯 がねとサヤ芋の煮物 白菜の柚子香おえ すまし汁(油揚、畑菜) ヲルト	食パン(8枚切) ジャム&マグリ 小松菜の卵炒め かつらとわかのお浸し コツメスープ(アサエド、青ネ) 牛乳	御飯 カリフラワーとインナーのステーキ かつらとわかのお浸し すまし汁(かつら) 菜、揚げた 牛乳	御飯 厚焼卵 かつらとわか すまし汁(菜の花、かつら) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マグリ アロカリとピーマンの炒め物 マロシヤウ コツメスープ(かつら、ジャガ芋) ショウ	御飯 肉じゃが(牛肉) 青菜の青じそドレッシング おえ すまし汁(椎茸、水菜) 牛乳
昼	<p>乳製品の日</p>		<p>健康御膳・骨を守るカルシウム</p>				
昼	御飯 蒸し鶏のマトリスかけ のじきと薩摩揚げの煮物 かつらとわかのお浸し ルーツ・カサ缶	御飯 揚魚のおろしソース インナーとピーマンのステーキ かつらとわかのお浸し ルーツ・黄桃缶	御飯 麻婆豆腐 茄子の中華煮 切干大根の和え ルーツ・カサ缶	御飯 中華風ひじきご飯 魚の唐揚げ(黄金イイ) 麻婆豆腐 小松菜と干しエビの和え物 ヨーグルト・パン缶	御飯 豚肉と玉葱の炒め物 なすの煮物 かつらとわかのお浸し 味噌汁(油揚、大根)	御飯 魚(かつら)のチーズパン粉焼 菜の花の炒め物 大根と瓜の和え物 ルーツ・白桃缶	御飯 豚肉の胡麻味噌煮 青梗菜とアロカリの炒め物 かつらシヤウ ルーツ・カサ缶
夕	御飯 ホトとチーズの和え かつらとわかのお浸し コツメスープ(人参、コン)	御飯 牛肉と葱の中華炒め カリフラワーの風味あんかけ 青梗菜とサヤの中華おえ 中華スープ(玉葱、春菊)	御飯 白身魚の治部煮(つ) じゃが芋の炒め物 菜の花の酢味噌おえ すまし汁(豆腐、花麩)	御飯 魚(鱈)のミンチ焼、付合せ 里芋のステーキ 白菜のシヤウ 味噌汁(玉葱、かつら)	御飯 豚肉と玉葱の炒め物 なすの煮物 かつらとわかのお浸し 味噌汁(油揚、大根)	御飯 魚(かつら)のチーズパン粉焼 菜の花の炒め物 大根と瓜の和え物 ルーツ・白桃缶	御飯 豚肉の胡麻味噌煮 青梗菜とアロカリの炒め物 かつらシヤウ ルーツ・カサ缶
朝	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
朝	御飯 あさりとかぶの炒り煮 ホルン草のピーマンおえ 味噌汁(シヤウ、アサエド) 牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ煮 アロカリの和風マヨネーズ すまし汁(南瓜、菜の花) ヲルト	食パン(8枚切) ジャム&マグリ スティック・ムルツ インナーと瓜のシヤウ コツメスープ(わか、大根) 牛乳	御飯 インナーと白菜の蒸し煮 かつらシヤウ 味噌汁(わか、油揚) 牛乳	御飯 がねと南瓜の煮物 春菊とシヤウの青じそ和え 味噌汁(庄内麩、か) 牛乳	食パン(8枚切) ジャム&マグリ 豆と挽肉のトマト炒め パン・ムルツ コツメスープ(人参、水菜) ショウ	御飯 がねとわかのお浸し コツメスープ(小松菜、舞茸) 牛乳
昼	<p>麺の日</p>						
昼	御飯 白身魚フライ 里芋の煮物 かぶとわかシヤウ ルーツ・黄桃缶	御飯 豚肉の味噌漬焼 小松菜と油揚げの煮浸し かつらとわかシヤウ ルーツ・パン缶	御飯 鶏肉の和風オニオソース じゃが芋の炒め物 ホルン草の和え物 ルーツ・カサ缶	なめこころろそば(温) なすの田舎煮 青梗菜の中華おえ ルーツ・マゴ缶	御飯 生揚げと牛肉のオスターソース炒め カリフラワー風味薄くす煮 小松菜のくるみおえ ルーツ・フルツカケル缶	御飯 魚(かつら)のチーズパン粉焼 菜の花の炒め物 大根と瓜の和え物 ルーツ・白桃缶	御飯 豚肉の胡麻味噌煮 青梗菜とアロカリの炒め物 かつらシヤウ ルーツ・カサ缶
夕	御飯 かつらと玉葱のトマト煮 青梗菜とわか炒め物 こぼろシヤウ コツメスープ(カリフラワー、ミョウガ・ピーマン)	御飯 白身魚の甘酢あんかけ レコムのきんぴら もつと蒲鉾のわかおえ 味噌汁(サヤ芋、白ネ)	御飯 豆腐つくね照焼 かつらとシヤウの炒め煮 かつら 味噌汁(わか、水菜)	御飯 魚(鱈)の梅マヨ焼 南瓜の胡麻炒め アロカリとコンのシヤウ すまし汁(人参、菜の花)	御飯 魚の田舎(かつら) じゃが芋の煮物 かつらとわかのお浸し すまし汁(かつら、わか)	御飯 豚肉の生姜焼 切昆布の胡麻焼 かつらとわかのお浸し 味噌汁(油揚、玉葱)	御飯 魚の七味焼(銀しん) 切昆布と薩摩揚げの炒り煮 かつらと干しエビの和え物 すまし汁(大根、大根)
朝	1461.1kcal 蛋白質:51.87g 脂質:42.57g 食塩相当:6.35g	1462.37kcal 蛋白質:53.77g 脂質:37.25g 食塩相当:5.91g	1457.95kcal 蛋白質:53.08g 脂質:50.98g 食塩相当:6.43g	1460.59kcal 蛋白質:54.89g 脂質:46.81g 食塩相当:6.39g	1494.69kcal 蛋白質:59.18g 脂質:40.36g 食塩相当:6.25g	1460kcal 蛋白質:63.64g 脂質:47.51g 食塩相当:6.28g	1423.77kcal 蛋白質:60.49g 脂質:39.89g 食塩相当:6.36g