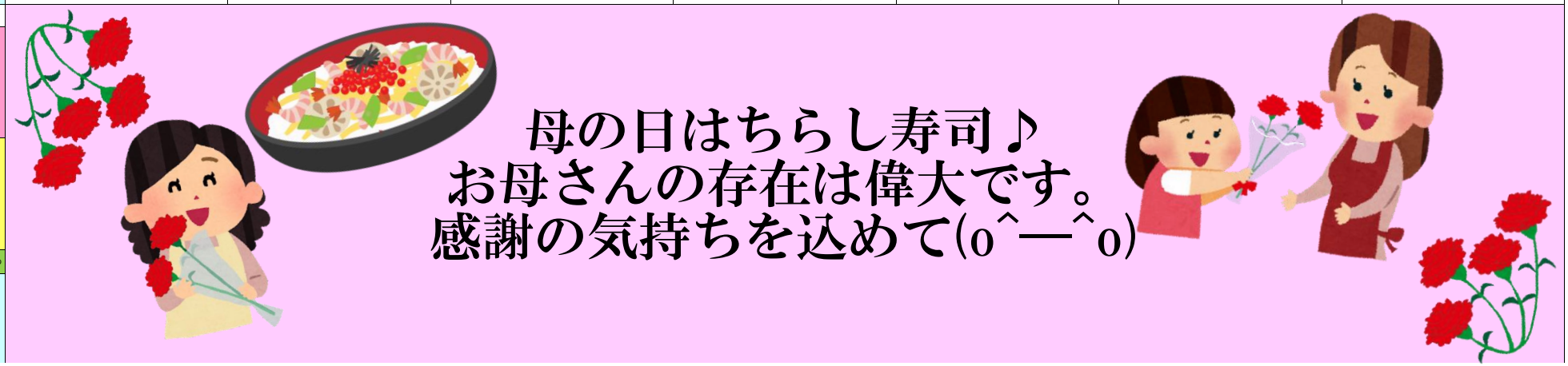
2025年5月献立表

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
朝				御飯 うめびしお がんもと里芋の煮物 ツナサラダ 豆乳	御飯 たいみそ 肉団子の和風煮 しろなの磯和え 豆乳麦芽コーヒー	御飯 のり佃煮 竹輪とピーマンの炒め カリフラワーの梅和え 豆乳	御飯 たいみそ 五目がんもの含め煮 キャベツのマヨ和え 牛乳
昼				御飯 煮込みハンバーグ イタリアンサラダ じゃが芋とツナの炒め物 フルーツカクテル	麦ごはん カレイの揚げ浸し きざみ昆布の炒り煮 白菜の沢庵和え 洋梨缶	御飯 お吸い物(しめじ・葱) 鶏肉の葱味噌焼き 大根の土佐煮 青菜の辛子マヨ和え	御飯 ホキの香味焼き かぶと竹輪の煮物 青梗菜のごまマヨ和え 抹茶ムース
おやつ				どら焼きカスタード	吹雪饅頭	きな粉ムース	クリームポタージュ
夕				御飯 みそ汁(若布・大根葉) 豆腐ハンバーグ インゲンの青じそ和え	御飯 お吸い物(さつま芋・きぬさや) 鶏肉の甘辛たれ焼き もやしのかにかま和え	御飯 赤魚の塩麹焼き かぼちゃの煮物 春雨サラダ	御飯 お吸物(白菜・えのき) 豚肉のごま味噌炒め 小松菜としめじの和え物
	5	6	7	8	9	10	11
朝	御飯 たいみそ 卵とほうれん草の炒め 青菜の和え物 豆乳麦芽コーヒー	御飯 うめびしお 豆腐のそぼろ煮 白菜のポン酢和え 牛乳	御飯 のり佃煮 じゃが芋のそぼろ炒め煮 しろ菜のお浸し 豆乳	御飯 たいみそ チーズスクランブルエッグ カリフラワーのゆず風味 飲むヨーグルト	御飯 のり佃煮 焼き豆腐と大根の煮物 もやしのサラダ 豆乳	御飯 うめびしお あさりと豆腐のうま煮 小松菜のしらす和え 豆乳麦芽コーヒー	御飯 たいみそ 豚肉と大根の煮物 豆サラダ 牛乳
昼	★端午の節句★ 筍ご飯・ブリの照り焼き 切干大根の炒め煮 豆とブロッコリーのサラダ フルーツ(オレンジ)	御飯 お吸い物(椎茸・大根の葉) 白身魚の漬け焼き きんぴら大根 蓮根の梅マヨサラダ	★郷土料理【山口県】★ 瓦そば けんちょう炊き 青菜とかまぼこの辛子和え 長門ゆずきち風ムース	ゆかりご飯 赤魚の山椒焼き じゃが芋の煮物 しろなの和風和え 洋梨・黄桃	御飯 豚肉の生姜焼き 花野菜ソテー 茄子のごまマヨ和え みかん・メロン	★母の日★ ちらし寿司・お吸い物 ひじきの五目煮 キャベツの青じそドレッシング フルーツカクテル	御飯 ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾏｯｼｭﾙｰﾑ・豆苗) 鶏肉のケチャップ焼き もやしの彩りソテー コールスローサラダ
おやつ	★鯉のぼりおやつ★	あんぱん	きみしぐれ	和のパンケーキ(きな粉黒蜜)	杏仁豆腐	★母の日おやつ★	ココア
夕	御飯 みそ汁(キャベツ・大根葉) たらの磯焼き オクラの和え物	御飯 鶏肉の照り煮 カリフラワーソテー オクラのお浸し	御飯 みそ汁(大根・大根葉) さばの塩焼き ほうれん草の胡麻和え	御飯 みそ汁(玉葱・うずまき麩) 豚バラのごま醤油炒め いんげんの和風和え	御飯 みそ汁(大根・大根葉) かに入り卵焼き 野菜と豆のサラダ	御飯 みそ汁(オクラ・おつゆ麩) ぶりの七味焼き 大根のゆかり和え	御飯 ほきの磯部焼き えびとほうれん草の炒め物 カリフラワー和え
	12	13	14	15	16	17	18
朝	御飯 のり佃煮 肉詰めいなりの煮物 もやしと豆苗の和え物 飲むヨーグルト	御飯 うめびしお ポークビーンズ ツナと青梗菜のサラダ 豆乳	御飯 たいみそ 肉団子としめじの和風煮 ほうれん草の和え物 豆乳麦芽コーヒー	御飯 のり佃煮 マカロニと豆のコンソメ煮 青梗菜のサラダ 牛乳	御飯 うめびしお 冬瓜のそぼろ煮 白菜の塩昆布和え コーヒー牛乳	御飯 たいみそ 高野豆腐とえんどうの煮物 カリフラワーの胡麻和え 豆乳	御飯 のり佃煮 カラフルスクランブルエッグ ほうれん草のおかか和え いちご牛乳
昼	御飯 白身魚のポテト焼き れんこんのピリ辛炒め しろなのポン酢和え バナナ・黄桃	麦ご飯 お吸い物汁(えのき・大根葉) シイラのみそマヨネーズ焼き あさりと青梗菜炒め もやしのサラダ	ひじきと揚げの炊き込み 鶏肉の玉葱ソース 竹輪としろなの煮浸し カリフラワーのゆかり和え パイン・マンゴー	御飯 みそ汁(とろろ・わかめ) 海老と厚揚げの旨煮 春雨の炒め物 チキンと小松菜の中華和え	御飯 豚肉と野菜の中華炒め ツナじゃが ほうれん草としらす和え パイン・マンゴー	ミートスパゲティ ほうれん草としめじのソテー イタリアンサラダ みかん・洋梨	御飯 豆腐ハンバーグ(野菜あん) かぶの煮物 小松菜のポン酢和え バナナ・黄桃缶
おやつ	酒饅頭	スイスロース(バニラ)	チョコパン	かすてら饅頭	どら焼き(カスタード)	プリンムース	セレクトジュース
夕	御飯 中華スープ(若布・椎茸) 豚肉のネギ塩だれ 小松菜と枝豆のサラダ	御飯 牛皿 冬瓜のくず煮 ほうれん草の酢味噌和え	御飯 お吸物(はんぺん・葱) 鯖のみりん焼き もやしのさっぱり和え	御飯 豚肉のおろしポン酢がけ 切干大根の炒め煮 ブロッコリーサラダ	御飯 みそ汁(若布・麩) ほきの梅肉焼き しろ菜のからし和え	御飯 みそ汁(若布・大根葉) 千草焼き オクラの和風サラダ	御飯 みそ汁(しめじ・葱) 豚肉のポン酢炒め しろなの青じそドレ和え

	月	火	水	木	金	土	日
	19	20	21	22	23	24	25
朝	御飯 うめびしお ちくわの野菜炒め ブロッコリーのかつおポン酢 豆乳麦芽コーヒー	御飯 たいみそ 豚肉と白菜の煮浸し キャベツのマヨ和え 牛乳	御飯 のり佃煮 はんぺんと青菜の炒め煮 彩り豆サラダ 飲むヨーグルト	御飯 うめびしお 肉団子のトマト煮 カリフラワーサラダ 豆乳	御飯 たいみそ えびの卵とじ キャベツのゆかり和え 豆乳麦芽コーヒー	御飯 のり佃煮 和風スクランブルエッグ ツナサラダ 牛乳	御飯 うめびしお 高野豆腐のそぼろ煮 白菜の磯和え 豆乳
昼	御飯 お吸い物(うずまき麩・若布) 鶏肉の大葉味噌焼き さつま揚げと大根の炒り煮 ほうれん草のなめたけ和え	★お祝い膳★ 特製天丼 枝豆の冷製スープ 厚揚げの煮物 紅白なます・桃ミックス	御飯 鶏肉のマヨコーン焼き 冬瓜の土佐煮 ほうれん草の生姜和え フルーツカクテル	御飯 味噌汁ワカメえのき 白身魚のカレー焼き 鶏肉と大根の炒り煮 ほうれん草のからし和え	ゆかりご飯 みそ汁(大根・大根葉) 豆腐の真砂焼き なすの含め煮 彩り和風サラダ	御飯 さわらのみそマヨネーズ焼き 五目ひじき 青梗菜の和風和え みかん・キウイ	海老ピラフ スパニッシュオムレツ かぶのバター炒め 花野菜ピクルス りんご・白桃缶
おやつ	スイスロース(コーヒー)	黒糖饅頭	★美味しいケーキ★	蒸しパン黒糖	チョコ饅頭	抹茶ムース	セレクトジュース
夕	御飯 さばの生姜煮 じゃが芋の高菜炒め 春雨のさっぱりサラダ	御飯 みそ汁(とろろ・きぬさや) 鶏肉の南部焼き 三色和え	御飯 お吸物(たまご・葱) ホキの塩麹焼き キャベツのしそ風味和え	御飯 そぼろと茄子の味噌煮 かぶの蟹あん ザーサイ和え	御飯 鶏肉の照り煮 大根と揚げの煮物 小松菜の柑橘風味	御飯 中華スープ(青菜・コーン) 豚肉と野菜のオイスター炒め 春雨サラダ	御飯 お吸い物(しめじ・水菜) ブリの塩レモン焼き 白菜のゆかり和え
	26	27	28	29	30	31	
朝	御飯 たいみそ ツナと野菜の彩りソテー ほうれん草の生姜和え 飲むヨーグルト	御飯 のり佃煮 がんもと冬瓜の和風煮 オクラのお浸し 牛乳	御飯 うめびしお 厚揚げのそぼろ煮 小松菜のマヨサラダ 豆乳	御飯 たいみそ 海老と豆腐のうま煮 いんげんのごま和え 飲むヨーグルト	御飯 のり佃煮 魚肉ソーセージソテー オクラのフレンチドレッシング 豆乳	御飯 たいみそ 肉団子と芋の和風煮 もやしの和え物 いちご牛乳	
昼	御飯 鶏肉のハニーマスタードがけ 冬瓜のかにあんかけ ほうれん草の信田和え りんご缶	御飯 お吸い物(そうめん・貝割) 豚肉のバーベキュー炒め かぶのそぼろがけ 小松菜と豆のサラダ	グリーンピース御飯 春雨スープ 中華風卵焼き あさりと青梗菜炒め カリフラワーのサラダ	御飯 ほきの和風バター焼き オクラの塩きんぴら 春雨サラダ メロン・みかん	チキンカレー ほうれん草のソテー 大根サラダ ヨーグルト～キウイソース～	御飯 味噌汁(しめじ・ねぎ) 赤魚の煮付け 冬瓜とちくわのくず煮 うまい菜の柚子醤油和え	
おやつ	ドームケーキ(あんこ)	バナナスペシャル	★ほほえみ喫茶★	どら焼き(抹茶)	セレクト饅頭	ババロア(チョコ)	
夕	御飯 みそ汁(オクラ・うずまき麩) 赤魚の照り焼き エンドウサラダ	御飯 彩り擬製豆腐 ひじきの煮物 ほうれん草のサラダ	御飯 鱈の胡麻だれがらめ 大根のそぼろあん もやしときゅうりの和え物	御飯 お吸い物(とろろ・えのき) 豚肉のにんにく醤油炒め ほうれん草の柚子胡椒和え	御飯 お吸物(うずまき麩・えのき) 鮭の塩焼き 白菜の柑橘風味	御飯 豚肉のピザ風味焼き 花野菜ソテー 大根サラダ	

朝

昼

おやつ

夕