



		4月30日 (月)	5月1日 (火)	5月2日 (水)	5月3日 (木)	5月4日 (金)	5月5日 (土)	5月6日 (日)
朝 食	洋 食	マカロニソテー コーンと人参のスープ 食パン コーヒー牛乳	シーザーサラダ コーンスープ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳	茹で野菜のサラダ わかめと玉葱のスープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	フルーチェ コンソメスープ 食パン コーヒー牛乳			
	和 食	ごぼうのピリ辛和え がんもと里芋の煮物 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	納豆 たけのこ土佐煮 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	ゆで卵 胡麻和え 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	ししゃも 出し巻卵 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳			
昼 食		和風おろしカツ 枝豆のツナマヨ和え ニラ玉 ご飯 漬物	白身魚の唐揚げ テリヤキソース 筑前煮 大根の梅和え ご飯 漬物	長崎 皿うどん コロケ フルーツ ゆかりご飯 漬物	カレーライス キャベツサラダ 福神漬			
夕 食		天丼 ストロベリーゼリー ソーメン汁 漬物	レバーと野菜炒め 揚げシューマイ プロテインサラダ 味噌汁 ご飯 漬物	鶏もも肉のジューシー竜田揚げ ひじきの煮付け 青菜の和え物 もやしと人参のスープ ご飯 漬物				

		5月7日 (月)	5月8日 (火)	5月9日 (水)	5月10日 (木)	5月11日 (金)	5月12日 (土)	5月13日 (日)
朝 食	洋 食	オムレツ コーンと玉葱のスープ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳	ミートボールクリーム煮 野菜スープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	フルーツ フレンチサラダ 食パン コーヒー牛乳	バイキング	大根サラダ 小松菜のミルクスープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	野菜サラダ キャベツと玉葱のスープ 食パン コーヒー牛乳	ウインナーと野菜のソテー わかめスープ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳
	和 食	魚の塩焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	酢物 高野の含め煮 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	温奴 きんぴらごぼう 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳		玉子豆腐 白菜の煮物 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	もやしの辛子和え ひじき煮 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	里芋の磯煮 糸こんにゃくと真子和え 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳
昼 食		照焼きハンバーグ マカロニサラダ フライドポテト ご飯 漬物	鶏ささみの衣揚げ 梅じそソース コーンとアスパラのサラダ 切干大根 ご飯 漬物	醤油ラーメン 蒟蒻オレンジゼリー チーズ 菜めし 漬物	いわしのマリネ なすの煮物 わかめのツナ炒め ご飯 漬物	ジャコ炒飯 春雨スープ グレープフルーツゼリー 福神漬	さばの一口立田揚げ 炒り豆腐 ケチャップ煮 ご飯 漬物	鶏肉の照焼き 肉詰めフライ 人参とぜんまいのナムル ご飯 漬物
夕 食		スタミナ丼 青りんごゼリー すまし汁 漬物	豚の生姜焼き じゃがいもゆかり和え もやしニラソテー 味噌汁 麦ご飯 漬物	揚げ鶏のみぞれあんかけ 小松菜の煮浸し たけのこおかか煮 ミネストローネ ご飯 漬物	豚肉と野菜の塩炒め レンコンサラダ ピリ辛こんにゃく 味噌汁 ご飯 漬物	ミックスフライ 鶏と根菜の煮物 おくらのお浸し ポテトとコーンのスープ ご飯 漬物	八宝菜 春巻 ブロッコリーのゴマ和え 味噌汁 ご飯 漬物	豚天のごま味噌ソース 菜の花の辛子和え キャベツとコーンの炒め コンソメスープ ご飯 漬物

		5月14日 (月)	5月15日 (火)	5月16日 (水)	5月17日 (木)	5月18日 (金)	5月19日 (土)	5月20日 (日)
朝 食	洋 食	ほうれん草とベーコンのソテー 人参と玉葱のスープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	フレンチサラダ コーンスープ 食パン コーヒー牛乳	フルーツ コールスローサラダ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳	フルーツヨーグルト 根菜ポトフ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	オニオンスクランブル もやしと人参のスープ 食パン コーヒー牛乳	ハムとチーズのサラダ コーンと玉葱のスープ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳	ウインナーソテー 白菜と玉葱のスープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳
	和 食	ししゃも 野菜炒め 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	白菜のおひたし 竹輪の煮物 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	冷奴 照焼き肉団子 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	キャベツとチャーシューの炒め 辛子和え 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	魚の塩焼き レンコン旨煮 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	ほうれん草ともやしのナムル 厚揚げの煮付け 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	ニラ玉炒め オクラのゴマ和え 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳
昼 食		鯖のコーンマヨ焼き チキンナゲット かぼちゃのそぼろあん ご飯 漬物	豚肉とピーマン細切り炒め アスパラの胡麻和え 大学芋 ご飯 漬物	焼きうどん パイン寒天ゼリー わかめご飯 漬物	鶏肉の洋風唐揚げ 海藻サラダ スパソテー ご飯 漬物	ハヤシライス シーザーサラダ カルピスゼリーフルーツ 福神漬	ハムカツとコロケの盛り合わせ ひじきと大豆の煮物 春雨中華和え ご飯 漬物	赤魚の西京焼き 揚げ餃子 糸こん牛煮 ご飯 漬物
夕 食		かつ丼 蒟蒻オレンジゼリー ソーメン汁 漬物	若鶏のグリル シンジャーソース チリコンカーン いんげんのゴマ醤油 味噌汁 ご飯 漬物	レバニラ炒め 花野菜のカレー煮 チンゲン菜のソテー コンソメスープ ご飯 漬物	黄金カレーの煮付け ジャーマンポテト 青切昆布 味噌汁 ご飯 漬物	手作りとんかつ 三色ナムル ごぼうの和え物 キャベツと玉葱のスープ ご飯 漬物	豚しゃぶのサラダ仕立て さつま芋とベーコンの炒め煮 ピリ辛こんにゃく 味噌汁 ご飯 漬物	ささみの衣揚げ 茹で野菜のゴマ風味 がんもの煮物 ポテトと人参のスープ ご飯 漬物

		5月21日 (月)	5月22日 (火)	5月23日 (水)	5月24日 (木)	5月25日 (金)	5月26日 (土)	5月27日 (日)
朝食	洋食	カラフルサラダ 春雨スープ 食パン コーヒー牛乳	レタスのサラダ キャベツのクリームスープ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳	フルーツ 白菜とベーコンの炒め 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	バイキング	コーンと大根のサラダ 中華スープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	ほうれん草とコーンのソテー 玉葱と人参のスープ 食パン コーヒー牛乳	ミックスサラダ わかめスープ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳
	和食	梅肉和え きんぴらごぼう 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	納豆 エリンギ炒め 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	出し巻卵 油揚げと大根の煮付け 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳		温奴 茄子の味噌煮 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	人参とキャベツの胡麻和え 山菜の煮物 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	ゆで卵 昆布の煮付 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳
昼食		豆腐ハンバーグおろしぽん酢 生姜炒め 里芋サラダ ご飯 漬物	焼肉風 白身魚フライ カニカマサラダ ご飯 漬物	カレーうどん ストロベリーゼリー ゆかりご飯 漬物	チキンカツ 大豆のサラダ ニンニクのソテー ご飯 漬物	豚丼 ヨーグルト オレンジゼリー そば汁 漬物	鮭の菜の花焼き ウインナー炒め マカロニサラダ ご飯 漬物	セサミチキンソテー いんげんの辛子醤油 ぜんまい炒め煮 ご飯 漬物
夕食		親子丼 蒟蒻ピーチゼリー 豆腐汁 漬物	豚ロースのカツレツ デミトマトソース インゲンの胡麻和え バンバンジー ミネストローネ 麦ご飯 漬物	回鍋肉 南瓜の含め煮 レンコンサラダ 味噌汁 ご飯 漬物	ポークピカタ 揚げジャコと春キャベツのお浸し 切干しの煮物 わかめと玉葱のスープ ご飯 漬物	鶏ささみの衣揚げ 照焼きソース 粉ふぎ芋 アスパラサラダ コンソメジュリアン ご飯 漬物	天ぷら盛り合わせ 生酢 ブロッコリーのガーリック炒め 味噌汁 ご飯 漬物	鯖の生姜煮 春巻 ハムと野菜のカレー炒め 貝たくさんスープ ご飯 漬物

		5月28日 (月)	5月29日 (火)	5月30日 (水)	5月31日 (木)	6月1日 (金)	6月2日 (土)	6月3日 (日)
朝食	洋食	茹で野菜のサラダ キャベツと玉葱のスープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳	ミートボールのケチャップ煮 もやしと人参のスープ 食パン コーヒー牛乳	フルーツ ハムとチーズのサラダ ロールパン クロワッサン コーヒー牛乳	フルーツヨーグルト コーンスープ 味ロール 菓子パン コーヒー牛乳			
	和食	ししゃも 小松菜のピーナッツ和え 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	冷奴 れんこんの旨煮 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	玉子豆腐 野菜の甘酢漬け 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳	アスパラの胡麻和え がんもの煮物 味噌汁 ご飯 漬物 牛乳			
昼食		ビックメンチカツ 五目豆 ミモザサラダ ご飯 漬物	豚キムチ炒め ひじきの胡麻サラダ 竹輪の磯辺揚げ ご飯 漬物	ミートスパゲッティー マンダリンゼリー 菜めし 漬物	宮崎チキン南蛮 野菜炒め マカロニサラダ ご飯 漬物			
夕食		中華丼 杏仁フルーツ 中華スープ 漬物	鶏肉の照焼き ビーフソテー こんにゃくと筍の煮物 味噌汁 ご飯 漬物	豚肉と彩り野菜の炒め ほうれん草のお浸し フライドポテト にらスープ ご飯 漬物	いわしの塩焼き 揚げ焼売のガーリック風味 ごぼうの旨煮 味噌汁 ご飯 漬物			