

〇〇 2023年 5月 献立表 〇〇

[常食]

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	7(日)
朝食	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(油揚げと大根)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(油揚げと大根)	シリアル 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ	食パン(いちごジャム) 牛乳 カスタードプリン	クリームパン 牛乳 ヨーグルト	食パン(いちごジャム) 牛乳 スライスチーズ1枚 インスタントスープ	クロワッサン 牛乳 バナナ インスタントスープ
昼食	ご飯 照り焼きチキン 付)レタスときゅうり(個) ポークビーンズ1 にら玉	ご飯 冷)牛肉コロッケ コーンボール 鶏ごぼう炒め ウィンナーケチャップ(2本)	チキンライス 鶏肉から揚げ 付)ゆでブロッコリー スパゲティサラダ	のり弁ごはん のり弁具 ウィンナーのソティ 蒸しパン	ガバオ炒め 付)レタスとトマト がぼう コンフィ	牛バーベキューソース おにぎり	牛丼 揚げだし豆腐 オレンジ
夕食	ご飯 マーボー豆腐1 水菜の昆布和え かきたま汁	ご飯 棒棒鶏 魚の照り焼き(ぶり) 若竹汁 柏餅	ご飯 ビーマンの肉詰め焼き のり塩じゃが シーチキンサラダ オニオンスープ	ラーメン おにぎり	荷ご飯 西京焼き 春雨のソテー 冷)ギョーザ(2個) レモンゼリー	ご飯 親子煮 かぼちゃサラダ 冷)ゼリー	ご飯 カレーライス 野菜サラダ フルーツポンチ
朝食	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	14(日)
朝食	ご飯 牛乳 たかな漬け みそ汁	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁	食パン(いちごジャム) 牛乳 スライスチーズ1枚 サラダ(ミニトマト)
昼食	ご飯 タンドリチキン ビーマンのソテー 肉味噌ビーフン 煮卵(半分)	ご飯 ポークチャップ 付)ゆでブロッコリー 干焼焼き チキンナゲット	ご飯 さばの竜田揚げ 手作りひじきふりかけ なすの肉味噌炒め チーズの肉巻き揚げ	ロールサンド(チリコンカン) ロールサンド(ツ) 手羽先揚げ甘辛煮 レコパベロンチーノ バイ内缶	ご飯 鶏のみそ焼き ほうれん草のソテー オムレツ チーズドッグ	スパゲッティ・ナポリタン ハムサラダ(盛り合わせ) ホワイトゼリー	塩豚丼 さつまいもがね いちご
夕食	ご飯 さばの味噌煮 マカロニサラダ すまし汁(そうめん)	ご飯 チンジャオロウスウ いかリング(2個ずつ) 春雨スープ	ご飯 筑前煮 マセドアンサラダ 洋風卵スープ コンフィ	ご飯 チキンのホイル焼き コールスロー ぎょうぶスープ	ご飯 ムニエル(さけ) チャブチ カリカリペーコンサラダ 中華スープ(とうふ)	ご飯 チキン南蛮 付)レタスときゅうり 炊き合わせ フルーツミックス	ご飯 家常豆腐 春雨マヨサラダ みそ汁(なめこ) カスタードプリン
朝食	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)	21(日)
朝食	ご飯 牛乳 味付けのり みそ汁	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(麩)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁	食パン(いちごジャム) 牛乳 ハム・チーズ サラダ	菓子パン 牛乳 みかん缶 ヨーグルト
昼食	ご飯 牛肉三色ロール かぼちゃコロッケ ココット焼き 冷)ゼリー	ご飯 豚肉のカレー炒め いり豆腐 がぼう バイ内缶	ご飯 魚の照り焼き(ぶり) きゅうり昆布和え 五目金平 チキンカツ(半分)	食パン(照り焼き) 食フルーツサンド じゃこしそスパゲティ コーンボール	ご飯 うま塩チキン 付)ミックスベジタブル 春雨のソテー いかの天ぷら	鮭ごはん 冷やし中華 ジュワジュワポンチ	ビビンバ寮 春巻き オレンジ
夕食	ご飯 豚肉しょうが焼き 付)レタスとトマト すまし汁(えのき) みたらしだんご	ご飯 ハンバーグ じゃがバター 付)人参グラッセ コーンスープ	ご飯 肉じゃが シーチキンサラダ(盛り合わせ) わかめやしスープ コンフィ	ご飯 棒棒鶏 ゴロツとさつま揚げ 中華スープ(とうふ)	ご飯 魚の塩焼き(さけ) ひじきの煮物 ウィンナーのソティ(1本) 肉団子スープ	ご飯 鶏マーレード焼き 昆布スパゲティ けんちん汁	ご飯 クリームシチュー ハムサラダ マスカットゼリー
朝食	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	28(日)
朝食	ご飯 牛乳 味付けのり みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(豆腐)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁(玉ねぎ)	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁(じゃがいも)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(大根)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(かぼちゃ)	菓子パン 牛乳 プリン みかん缶
昼食	ご飯 あっさりポークソテー ごんにゃくみそ炒め 竹輪カレー揚げ	ご飯 肉団子の酢豚 チキンピカタ 付)ゆでブロッコリー さんまのおかか煮	ご飯 西京焼き チャブチ 大根のおかか煮 チーズの肉巻き揚げ	フィッシュバーガー 焼きそば さきさきコン焼き バナナ	ご飯 あっさりポークソテー ココット焼き たらこスパゲッティ	いなり寿司 冷しゃぶうどん バイ内缶	ソースカツ丼 いかの天ぷら(2個) 冷やしそうめん(ミニ)
夕食	ご飯 野菜炒め 餃子 春雨スープ	ご飯 鶏肉から揚げ 付)キャベツとトマト ジュウマイ(2個) すまし汁(豆腐とわかめ)	ご飯 若鶏のトマト煮 ブロッコリーのサラダ クラムチャウダー	ご飯 さけフライ(チーズ) ペンネポロネーゼ弁 コールスロー オニオンスープ	ご飯 チゲ豆腐 中華サラダ 杏仁豆腐 コーンと卵のスープ	ご飯 ミートローフ ジャーマンポテト 野菜サラダ ビーフコンソメスープ	ご飯 鶏肉のホイル味噌焼き いなり揚げ卵煮 ぶた汁
朝食	29(月)	30(火)	31(水)				
朝食	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁				
昼食	ご飯 メンチカツ にんじんシリシリ 厚揚げチリソース 大学芋寮	ご飯 野菜炒め 干焼焼き チキンナゲット バナナ	ご飯 魚の照り焼き(ぶり) 金平ごぼう マカロニサラダ コーンボール				
夕食	ご飯 酢豚 ほうれん草のお浸し けんちん汁	ご飯 マーボー豆腐1 もやしナムル いかリング りんごゼリー	ご飯 照り焼きチキン 付)レタスとトマト ポテトサラダ すまし汁(えのき)				