





# 予定献立表

5月1日(火)～5月15日(火)

|        | 朝食   | 昼食  | 夕食   |
|--------|--|---|--|
| 1日(火)  | ごはん・みそしる<br>オムレツ<br>キャベツのにびたし  | ごはん・みそしる・きんときまめ<br>さわらのもとやき・きいぼし<br>だいこんとニラのいためナムル  |  ごはん・スープ<br>はっほうさい・つけもの<br>むしなすのごまころもあえ               |
| 2日(水)  | ごはん・みそしる<br>こうやどうぶのにももの<br>ちんげんさいのあぶらいため   |  とんこつふうラーメン<br>ぎょうざ<br>あんにとんどうぶ                    |  ごはん・すましじる<br>かじきのマスタードやき・にらのたまご<br>とじ・あげなすとひきにくのにももの |
| 3日(木)  | ごはん・みそしる<br>しらすなっとう<br>なめたけあえ  |  パン・スープ・のみもの<br>さけのたつたあげ・キャベツと<br>りんごのサラダ・フルーツカクテル | ごはん・すましじる・かぶとあんずの<br>あますあえ・ゆでぶたのすみそかけ<br>さつまいもとあぶらあげのにももの  |
| 4日(金)  | ごはん・みそしる<br>千キンクリームに<br>サツマイモのサラダ  | ごはん・けんちんじる<br>スタミナやき・みそサラダ<br>ゼリー   | ごはん・すましじる<br>まつかぜやき<br>にらにくじゃが・ごもくまめ   |
| 5日(土)  | ごはん・みそしる<br>あつやきたまご・あおなの<br>オイスターいため   |  せきはん・みそしる<br>千キンカツ&エビフライ<br>サラダ・プリン              |  ごはん・すましじる・たけのことさに<br>さわらのほりにくやき<br>ひじきとベーコンのんにくいいため |
| 6日(日)  | ごはん・みそしる<br>こまつなとたまあげのにびたし<br>オクラめかぶモロヘイヤあえ  | ごはん・トマトのチーズスープ<br>とりにくのみそマヨネーズ<br>だいこんサラダ・ゼリー   | ごはん・みそしる<br>あかうおのおろしに・かぼちゃの<br>いとこに・もやしのごまずあえ  |
| 7日(月)  |  ごはん・みそしる<br>やきざかな<br>ピーナッツあえ   |  ごはん・みそしる<br>とりのからあげ・くだもの<br>きいぼしだいこんのすのもの       | ごはん・すましじる<br>とうふととりにくのうまに<br>くるみあえ・きざみこぶのにももの  |
| 8日(火)  | パン・スープ<br>千キンのトマトソース<br>サラダ・ヤクルト   |  ごはん・みそしる<br>すずきのムニエルねぎソース<br>じゃがいものチーズあえ・つけもの   |  ごはん・すましじる<br>ぶたにくとなすのみぞいため<br>ちくぜんに・きんときまめ         |
| 9日(水)  | ごはん・みそしる<br>おんせんたまご<br>ぜんまいのにももの   |  といなんばんそば<br>うめちりごはん<br>どらやき                     |  ごはん・みそしる<br>さばのトマトに・おくらのゆほあえ<br>フロッコリーとえびのしおいため    |
| 10日(木) | ごはん・みそしる<br>たかななっとう<br>いそべあえ   | パン・スープ・のみもの<br>かぼちゃのミートソースグラタン<br>ごぼうのうめマヨサラダ・ゼリー   |  ごはん・スープ<br>チンジャオロウスウ<br>はるまき・つけもの                  |
| 11日(金) |  パン・スープ<br>ジャーマンポテト<br>サラダ・のみもの |  ごはん・すましじる<br>あじのみそやき・くだもの<br>もやしのちゅうかふうサラダ      | ごはん・みそしる<br>ごぼういいつくね<br>わふうサラダ・つけもの  |
| 12日(土) | むぎめし・みそしる<br>とろろ<br>おかずきんぴら  | ごはん・みそしる<br>コロッケ<br>キャベツのみるくに・くだもの  |  ごはん・かきたまスープ<br>ポークチャップ<br>のりナッツあえ・こうはくなます          |
| 13日(日) | ごはん・みそしる<br>きりこぶとさつまあげのにももの<br>こまつなとしらすのさんしょうあえ  |  パン・スープ・のみもの<br>ミートローフ<br>レンズまめのサラダ・ゼリー          |  ごはん・みそしる<br>さけのはちみつていやき<br>ザーサイのあえもの・くだもの          |
| 14日(月) | ごはん・みそしる<br>がんものにももの<br>やさしいため   |  ごはん・スープ<br>さばのカレームニエル<br>ニラのたまごとし・くだもの          | ごはん・すましじる・つけもの<br>ぶたにくのねぎみそやき<br>さつまいもときりこぶのにももの   |
| 15日(火) | パン・スープ・のみもの<br>ウインナーソーテー。おまめと<br>こんさいのごまだれサラダ  | ごはん・スープ<br>とりにくとピーマンのいためもの<br>いそべあげ・きんときまめ  | ごはん・けんちんじる・くだもの<br>ぶいのていやきワインしょうゆ<br>なすとしいんげんのなべしぎ   |

☆おしらせ☆

ゴールデンウィークのかんけいで、パンやさんがおやすみです