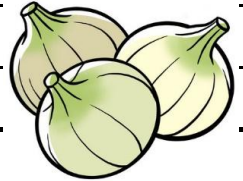


今週のメニュー

令和8年 5月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
5/4	月	・二色丼	・トンテキ	
		・セロリのカレーしょうゆ炒め	・キャベツの味噌炒め	
		・漬物	・マカロニサラダ	
		・味噌汁	・すまし汁	
			・ごはん	
5/5	火	・カツサンド	・カレイの唐揚げ 甘酢あんかけ	
		・ブロッコリーサラダ	・ピーマンと油揚げの煮浸し	
		・コンソメスープ	・冷奴	
		・フルーツ	・味噌汁	
			・ごはん	
5/6	水	・焼きししゃも	・チーズインハンバーグ	
		・さつまあげと野菜の煮物	・大根の煮物	
		・いんげんのごま和え	・新玉ねぎのわさびマヨ和え	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
5/7	木	・豚とピーマンの炒め物	・鮭のタルタル焼き	
		・コロッケ	・小松菜とハムのソテー	
		・トマトサラダ	・きのこの塩こうじ和え	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
5/8	金	・きつねうどん	・チキンカレー	
		・五目玉子焼き	・肉巻きアスパラ	
		・キャベツの浅漬け	・豆サラダ	
		・ミニしらす丼	・ゼリー	



今週のメニュー

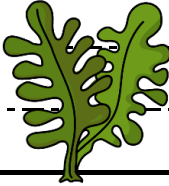
令和8年 5月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
5/11	月	・厚揚げと野菜の炒め物	・サワラのごま味噌焼き	
		・ほうれん草のわさび和え	・車麩の煮物	
		・焼のり	・きゅうりとカニカマの酢の物	
		・味噌汁	・若竹汁	
		・ごはん	・ごはん	
5/12	火	・月見そば	・酢鶏	
		・はんぺんの磯辺焼き	・ニラチヂミ	
		・水菜のサラダ	・キムチ	
		・おにぎり	・ワンタンスープ	
			・ごはん	
5/13	水	・かぼちゃと鶏肉の煮物	・タラのホイル焼き	
		・ブロッコリーとツナの和え物	・ひじきの煮物	
		・漬物	・れんこん和風サラダ	
		・味噌汁	・味噌汁	
		・ごはん	・ごはん	
5/14	木	・明太マヨトースト	・豚肉の梅肉蒸し	
		・ジャーマンポテト	・しらたきのたらこ炒め	
		・レタスサラダ	・アスパラのお浸し	
		・トマトスープ	・味噌汁	
		・ヨーグルト	・ごはん	
5/15	金	・ほっけの干物	・肉団子と春野菜のクリーム煮	
		・もやしとひき肉の炒め物	・カニカマフライ	
		・キャベツのポン酢和え	・玉子サラダ	
		・味噌汁	・コンソメスープ	
		・ごはん	・ごはん	

今週のメニュー

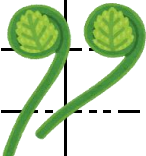
令和8年 5月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
5/18	月	<ul style="list-style-type: none"> ・みぞれ納豆 ・豚肉とごぼうのしぐれ煮 ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・担々麺 ・春巻 ・チャーハン ・フルーツ 	
5/19	火	<ul style="list-style-type: none"> ・とん平焼き ・茎わかめの炒め物 ・かぶのゆかり和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・白身魚のバジル焼き ・カリフラワーのカレーマヨ炒め ・海藻サラダ ・オニオンスープ ・ごはん 	
5/20	水	<ul style="list-style-type: none"> ・アスパラとベーコンのソテー ・れんこんのはさみ焼き ・豆腐サラダ ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉のゆずこしょう焼き ・揚げなすの煮物 ・もやしとちくわの和え物 ・味噌汁 ・ごはん 	
5/21	木	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭の照り焼き ・きのこの玉子とじ ・きゅうりの生姜和え ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉とじゃが芋の炒め物 ・新玉ねぎのステーキ ・小松菜の磯和え ・味噌汁 ・ごはん 	
5/22	金	<ul style="list-style-type: none"> ・スクランブルエッグ ・れんこんのはさみ焼き ・トマトスープ ・ロールパン ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・さばの味噌煮 ・メンチカツ ・切干大根の酢の物 ・すまし汁 ・ごはん 	



今週のメニュー

令和8年 5月分

日	曜日	朝食	夕食	備考
5/25	月	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏南蛮うどん ・油揚げのねぎマヨ焼き ・めかぶの和え物 ・混ぜごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ポークソテー 和風きのこソース ・たけのこのおかか煮 ・ほうれん草のしらす和え ・味噌汁 ・ごはん 	
5/26	火	<ul style="list-style-type: none"> ・ハムエッグ ・きんぴらごぼう ・菜の花の酢味噌和え ・すまし汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・アジフライ ・大根のザーサイ炒め ・わかめとえのきの和え物 ・味噌汁 ・山菜ごはん 	
5/27	水	<ul style="list-style-type: none"> ・豚ともやしの炒め物 ・南瓜のチーズ焼き ・漬物 ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロールキャベツ ・じゃがバター ・シーザーサラダ ・コンソメスープ ・ごはん 	
5/28	木	<ul style="list-style-type: none"> ・ツナサンド ・蒸し鶏のサラダ ・コーンスープ ・ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ・カジキとパプリカの炒め物 ・キャベツと豚肉の旨煮 ・ブロッコリーのピーナッツ和え ・味噌汁 ・ごはん 	
5/29	金	<ul style="list-style-type: none"> ・チキンソテー ・いんげんと玉子のソテー ・長芋のわさびしょうゆ漬け ・味噌汁 ・ごはん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ビーフカレー ・焼き空豆 ・グリーンサラダ ・フルーツ 	