







# 今週の献立表

【令和8年5月4日～令和8年5月10日】

	5月4日 (月)	5月5日 (火)	5月6日 (水)	5月7日 (木)	5月8日 (金)	5月9日 (土)	5月10日 (日)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> <li>いわしの開き</li> <li>ゆで卵</li> <li>ウィンナーと玉ねぎの炒め物</li> <li>きのこわかめのポン酢和え</li> <li>フルーツ(オレンジ)</li> <li>ごはん</li> <li>味噌汁(麩)</li> <li>漬物</li> <li>ふりかけ</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ししゃも</li> <li>厚焼き卵</li> <li>ピリ辛こんにやく</li> <li>3色サラダ</li> <li>フルーツ(グレープフルーツ)</li> <li>ごはん</li> <li>味噌汁(わかめ)</li> <li>漬物</li> <li>味のり</li> <li>牛乳</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>塩鮭</li> <li>ミートオムレツ</li> <li>ベーコンポテト</li> <li>ごま和え</li> <li>フルーツ(オレンジ)</li> <li>ごはん</li> <li>味噌汁(麩)</li> <li>漬物</li> <li>ふりかけ</li> <li>牛乳</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>塩鮭</li> <li>ミートオムレツ</li> <li>ひじきと大豆の煮物</li> <li>お浸し</li> <li>フルーツ(オレンジ)</li> <li>ごはん</li> <li>味噌汁(わかめ)</li> <li>漬物</li> <li>味のり</li> <li>牛乳</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ししゃも</li> <li>厚焼き卵</li> <li>竹輪ともやしの金平</li> <li>ちりめんじゃこときゅうりの酢の物</li> <li>フルーツ(オレンジ)</li> <li>ごはん</li> <li>味噌汁(麩)</li> <li>漬物</li> <li>ふりかけ</li> <li>牛乳</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ししゃも</li> <li>厚焼き卵</li> <li>ピリ辛こんにやく</li> <li>3色サラダ</li> <li>フルーツ(オレンジ)</li> <li>ごはん</li> <li>味噌汁(わかめ)</li> <li>漬物</li> <li>味のり</li> <li>牛乳</li> </ul>
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>鯖のごま衣揚げ</li> <li>野菜炒め</li> <li>リヨネーズポテト</li> <li>五目煮</li> <li>お浸し</li> <li>フルーツポンチ</li> <li>ワンタンスープ<sup>5月4日</sup></li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>  <p>みどりの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚肉とキャベツのオイスターソース炒め</li> <li>カニクリームコロッケ</li> <li>ミートボールのグラタン風</li> <li>高野豆腐の野菜あんかけ</li> <li>チョレギサラダ</li> <li>フルーツのカルピス和え</li> <li>コンソメスープ</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンの南蛮漬け</li> <li>豚肉とニラの豆板醤炒め</li> <li>ツナとアスパラのマヨネーズ焼き</li> <li>チリコンカーン</li> <li>ほうれん草の香和え</li> <li>フルーツ杏仁</li> <li>にゅうめん</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>クリームスパゲティ</li> <li>串団子(イカ・海老・タコ)</li> <li>鶏とキャベツのガーリック炒め</li> <li>青梗菜と丸天のソテー</li> <li>グリーンサラダ</li> <li>フルーツ寒天</li> <li>わかめスープ</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>揚げ魚のランチェラーソースかけ</li> <li>豚肉ともやしの炒め物</li> <li>春野菜のグラタン風</li> <li>がんと入り煮浸し</li> <li>ツナと小松菜の和え物</li> <li>フルーツトロピカル</li> <li>卵スープ<sup>5月9日</sup></li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>  <p>アイスクリームの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンの南蛮漬け</li> <li>豚肉とニラの豆板醤炒め</li> <li>ツナとアスパラのマヨネーズ焼き</li> <li>チリコンカーン</li> <li>ほうれん草の香和え</li> <li>フルーツ杏仁</li> <li>にゅうめん</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>
夕食	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンの塩レモン焼き</li> <li>すきやきコロッケ</li> <li>豚肉と小松菜の和風炒め</li> <li>八宝菜</li> <li>オクラとコーンのサラダ</li> <li>菜の花の辛子和え</li> <li>フルーツトロピカル</li> <li>パイザンヌスープ</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>白身魚の酢豚風</li> <li>パリパリ春巻き</li> <li>鶏とアスパラのグラタン風</li> <li>ひじきと厚揚げの煮物</li> <li>ごぼうサラダ</li> <li>3色ナムル</li> <li>◎お楽しみデザート</li> <li>中華風コーンスープ</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>牛肉とマッシュルームの粒マスタードソテー</li> <li>エビmixフライ</li> <li>ラザニア風マカロニ</li> <li>こんにやくと野菜のごま煮</li> <li>ごぼうサラダ</li> <li>千切りキャベツ</li> <li>フルーツ白玉</li> <li>かきたま汁</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>煮込みハンバーグ</li> <li>ささ身チーズカツ</li> <li>牛肉とピーマンのチャプチェ風</li> <li>五目金平</li> <li>おくらとコーンのサラダ</li> <li>マカロニサラダ</li> <li>フルーツポンチ</li> <li>マリガトーニスープ</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul> <p>5月8日</p>  <p>世界赤十字デー</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ビビンバ風炒め</li> <li>メンチカツ</li> <li>オークランドポテト</li> <li>鶏と筍の煮物</li> <li>ごぼうサラダ</li> <li>ゆで野菜サラダ</li> <li>フルーツのカルピスと和え</li> <li>中華スープ</li> <li>ごはん</li> <li>漬物</li> </ul>	 <p>Happy Mother's Day</p>

5月10日は、母の日です！

5月10日(日)は、母の日です。日頃、なかなか感謝の気持ちが言えない人も母の日には一緒に過ごしたり、

感謝の気持ちを伝えてみてはどうでしょうか？



Happy Mother's Day

