

2024年



献立表



	日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
				1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日
朝				ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ (トマト) 牛乳	イエローロール マーガリン 野菜ソテー 野菜入りツナスクランブル 牛乳	黒糖ロール いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ (鶏) 牛乳	丸ロール マーマレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼				ごはん さわらの歯庵焼 豚じゃが なます 果物	ごはん 豚肉西京焼き 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの	ごはん 白身魚の香り焼き けんちん煮 しらす和え 果物	ごはん 中華風煮 焼きビーフン ふりかけ 果物
選択食				ごはん タラのホイル焼?77?77風 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの	ごはん タラのホイル焼?77?77風 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの	ごはん さわらの梅煮 けんちん煮 しらす和え 果物	
夕				ごはん チキン南蛮 厚揚げみそ炒め煮 白菜の中華和え	ぼら寿司 すまし汁 果物	ごはん ミートローフ ポテトサラダ パイザンスープ	ごはん さけのマヨネーズ焼き 冬瓜と鶏肉の煮物 れんこんとひじきのサラダ
選択食					牛井 土佐和え とうふ汁 果物	ごはん 油淋鶏 ポテトサラダ パイザンスープ	
	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	10	11
朝	ロールパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ (ベーコン) 牛乳	黒糖ロール りんごジャム&マーガリン ミニサラダ (蒸し鶏) コンソースープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ (トマト) 牛乳	イエローロール マーガリン さつまいも甘辛煮 野菜入りスクランブルエッグ 牛乳	黒糖ロール いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ (鶏) 牛乳	丸ロール マーマレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 鶏の香味焼 炊き合わせ 漬し かしわ餅	ごはん 豚汁 豆腐スープ 中華風和え物	ごはん ポークソテー えび入炒り卵 サラダ 果物	ごはん さわらの山椒焼き 厚揚げと貝柱の旨煮 胡瓜のおかか和え	ごはん 白身魚から揚げ 中華風炒り豆腐 もやしナムル	ごはん 焼肉 ひじき豆 辛子和え 果物	ご飯 ポークカレー オーケルトサラダ つけもの
選択食					ごはん タラのから揚げ甘酢あんかけ もやしナムル 卵スープ 果物	ごはん ミートボールトマト煮込み じゃがいもバター醤油炒め 和えもの 果物	
夕	ごはん 豆腐ハンバーグ ごぼうの柳川風 土佐和え 果物	ごはん カレーニエル 炒り豆腐 ごま和え 果物	ごはん さんま塩焼 肉じょう 和えもの	ごはん ハンバーグ 野菜とえびのポトフ 大根サラダ 果物	味付ご飯 う巻き 里いもの柚子香煮 菜の花の梅肉和え	ごはん 天ぷら 酢のもの 赤だし	ごはん さけのオープン焼/付合せ 卵チンブルー ツナごほうサラダ 果物
選択食					味付ご飯 すき焼き風煮 菜の花の梅肉和え	ごはん さばのゴマみそ焼き 炊き合わせ 酢のもの	
	12	13	14	15	16	17	18
朝	ロールパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ (ベーコン) 牛乳	黒糖ロール りんごジャム&マーガリン ミニサラダ (ツナ) コンソースープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ (トマト) 牛乳	イエローロール マーガリン さつまいも甘辛煮 野菜入りスクランブルエッグ 牛乳	黒糖ロール いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ (鶏) 牛乳	丸ロール マーマレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 蒸し鶏玉ねぎソース 和えもの かき卵汁	ごはん 豚肉の生姜焼き さつまいもの豆煮 ごま和え	ごはん さわらの甘酢あん しめじと揚げのおろし煮 漬し 果物	親子丼 冷やっこ のっぺい汁	ごはん 赤魚の煮付け 五目豆 ごま酢和え	ごはん ちゃんちゃん焼き 肉きんぴら 小松菜きなご和え 果物	焼きそば 白菜のレモン和え アロエヨーグルト
選択食				ぶっかけカレーうどん 小ごは 冷やっこ	ごはん さわらの山椒みそ焼き 五目豆 ごま酢和え	ビビンバ 二色きんぴら ごま和え	
夕	ごはん 白身魚のチリソース なすのそぼろ煮 サワー漬 果物	ごはん さばみそ煮 鶏肉と大根の煮物 山吹和え 果物	ごはん 豚肉と野菜のみそマヨネーズかけ キッシュ ふりかけ	ごはん 白身魚フライ ポトフ 辛子和え 果物	カレーピラフ 南瓜のそぼろ煮 サラダ 果物	ごはん 鶏のから揚げ ビーンズサラダ コンソメスープ 果物	ごはん あじの照り焼 しくれ煮 もやし甘酢和え 果物
選択食				ごはん さけのムニエルきのこソース ポトフ 辛子和え 果物	辛みそつけ種 南瓜の煮つけ 酢のもの 果物	ごはん タラの香草パン粉焼 ビーンズサラダ ホワイトポタージュ 果物	
	19	20	21	22	23	24	25
朝	ロールパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ (ベーコン) 牛乳	黒糖ロール りんごジャム&マーガリン ミニサラダ (蒸し鶏) コンソースープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ (トマト) 牛乳	イエローロール マーガリン 野菜ソテー 野菜入りツナスクランブル 牛乳	黒糖ロール いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ (鶏) 牛乳	丸ロール マーマレード&マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 回鍋肉 中華豆腐 果物	ごはん ハッシュドビーフ マカロニサラダ 果物	ごはん 四川麻婆豆腐 きゅうりとわかめのサラダ 果物	ごはん さわらの歯庵焼 豚じゃが なます 果物	ごはん 豚肉西京焼き 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの	ごはん 白身魚の香り焼き けんちん煮 しらす和え 果物	ごはん 中華風煮 焼きビーフン ふりかけ 果物
選択食				ごはん 鶏から揚げのマリネ コンソメスープ 大根サラダ 果物	ごはん タラのホイル焼?77?77風 彩り野菜のジャーマンポテト 和えもの	ごはん さわらの梅煮 けんちん煮 しらす和え 果物	
夕	ごはん さばの歯庵焼 鶏のそぼろ煮 アボカドとオクラの わさび醤油あえ	ごはん タンドリーチキン 豆腐洋風まきのあん なすのマリネ	ごはん あじの生姜焼き 里いもの香り炒め 菜の花のごま和え	ごはん チキン南蛮 厚揚げみそ炒め煮 白菜の中華和え	ぼら寿司 すまし汁 果物	ごはん ミートローフ ポテトサラダ パイザンスープ	ごはん さけのマヨネーズ焼き 冬瓜と鶏肉の煮物 れんこんとひじきのサラダ
選択食				ごはん 焼き揚げひたし 海老チリソース 白菜の中華和え	牛井 土佐和え とうふ汁 果物	ごはん 油淋鶏 ポテトサラダ パイザンスープ	
	26	27	28	29	30	31	
朝	ロールパン はちみつ&マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー&マーガリン 具だくさんスープ (ベーコン) 牛乳	黒糖ロール りんごジャム&マーガリン ミニサラダ (蒸し鶏) コンソースープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ (トマト) 牛乳	イエローロール マーガリン さつまいも甘辛煮 野菜入りスクランブルエッグ 牛乳	黒糖ロール いちごジャム&マーガリン 具だくさんスープ (鶏) 牛乳	
昼	ごはん 鶏の香味焼 炊き合わせ 漬し かしわ餅	ごはん 豚汁 豆腐スープ 中華風和え物	ごはん ポークソテー えび入炒り卵 サラダ 果物	ごはん さわらの山椒焼き 厚揚げと貝柱の旨煮 胡瓜のおかか和え	ごはん 白身魚から揚げ 中華風炒り豆腐 もやしナムル 果物	ごはん 焼肉 ひじき豆 辛子和え 果物	
選択食					ごはん タラのから揚げ甘酢あんかけ もやしナムル 卵スープ 果物	ごはん ミートボールトマト煮込み じゃがいもバター醤油炒め 和えもの 果物	
夕	ごはん 豆腐ハンバーグ ごぼうの柳川風 土佐和え 果物	ごはん カレーニエル 炒り豆腐 ごま和え 果物	ごはん さんま塩焼 肉じょう 和えもの	ごはん ハンバーグ 野菜とえびのポトフ 大根サラダ 果物	味付ご飯 う巻き 里いもの柚子香煮 菜の花の梅肉和え	ごはん 天ぷら 酢のもの 赤だし	
選択食					味付ご飯 すき焼き風煮 菜の花の梅肉和え	ごはん さばのゴマみそ焼き 炊き合わせ 酢のもの	

- ・ 常食Aの予定献立です。実施献立は都合により、予告なく変更になる場合がございます。
- ・ 昼・夕でメニューが2種類載っている日は、選択メニュー実施日です。
- ・ 栄養部のページはこちらです。