

昼食献立表

期 間：2026/5/1～2026/5/31

	日	月	火	水	木	金 1	土 2
昼食						ご飯 赤魚の甘塩焼き 大根と鶏肉の煮物 小松菜の炒め物 こんにゃくの白和え 漬物	ご飯 ミートオムレツ ひじきサラダ 煮奴 インゲンのピーナツ和え 漬物
昼食	3	4	5	6	7	8	9
	ご飯 あじフライ シュウマイ 春菊とコーンの和え物 じゃが芋土佐煮 漬物	ご飯 牛肉と春雨の炒め物 竹輪の磯辺揚げ ほうれん草のごま和え カリフラワー青じそドレッシング 漬物	ご飯 カレイの香味焼き 三角春巻き チンゲン菜オリーブソース炒め 高野豆腐の煮物 漬物	ご飯 ハンバーグ ポテトサラダ インゲンとツナのソテー わかめときゅうりの酢の物 漬物	ご飯 ブリの照り焼き 春雨サラダ れんこん炒めもの 菜の花のからし和え 漬物	ご飯 ビーフカツ オムレツ ほうれん草のお浸し ビーンズサラダ 漬物	ご飯 めばるの煮付け 塩焼きそば 小松菜の辛子和え ゆず大根 漬物
昼食	10	11	12	13	14	15	16
	ご飯 豚の焼肉風 炊き合わせ カリフラワーのソテー オクラのごま和え 漬物	ご飯 鯖の西京焼き ロールキャベツ もやしと豆苗塩炒め 黒豆 漬物	ご飯 鶏肉のスタミナ焼き 和風スパゲティ きゅうりとワカメの酢の物 キャベツの塩昆布和え 漬物	ご飯 タラの照り焼き ミニおこのみやき 大根と豚肉煮 チンゲン菜のナムル 漬物	ご飯 豚の生姜焼き ふんわりしんじょ ブロッコリーのサラダ レンコンの梅肉和え 漬物	ご飯 鯖のみりん焼き 焼きビーフン とうもろこし香ばし揚げ カリフラワーのピクルス 漬物	ご飯 肉じゃが イカ野菜メンチカツ ひじきゴマドレッシング和え わかめときのこの酢の物 漬物
昼食	17	18	19	20	21	22	23
	ご飯 白身魚のカレーかけ インゲンサラダ ピーマン肉詰めフライ こんにゃく炒め 漬物	ご飯 鶏の塩麴焼き 海鮮チヂミ なすのしょうが和え 炒り豆腐 漬物	ご飯 エビのコンビフライ マカロニサラダ ほうれん草の炒め物 大根の梅和え 漬物	ご飯 塩焼きそば 海藻サラダ 竹輪の磯辺揚げ 春菊のごま和え 漬物	ご飯 天ぷら盛り合わせ そめおろし チンゲン菜ナムル がんもどきの煮物 漬物	ご飯 肉団子の甘酢あん イカリングフライ 切干大根煮 白菜のゆかり和え 漬物	ご飯 めばるの照り焼き もやし炒め コロッケ カリフラワーのピクルス 漬物
昼食	24	25	26	27	28	29	30
	ご飯 グリルチキン いんげんとツナのソテー 春雨の中華和え ピーマン昆布 漬物	ご飯 鰯蒲焼風 トリささみロールフライ レンコンの梅肉和え 高野豆腐の煮物 漬物	ご飯 豚肉とピーマンの炒め物 かぼちゃサラダ ほうれん草のごま和え わかめの酢の物 漬物	ご飯 カレイの甘塩焼き スパゲティサラダ 金平ごぼう チンゲン菜の中華和え 漬物	ご飯 ミートおろしとメンチカツ 大根の信田煮 菜の花のからし和え 海藻サラダ 漬物	ご飯 ぶりの漬け焼き なすの挟み揚げ インゲンサラダ 高野豆腐の含め煮 漬物	ご飯 チキンカツ ポテトサラダ 春菊としめじのお浸し 三色ピーマンのソテー 漬物
昼食	31						
	ご飯 赤魚のみりん焼き 豚肉の冷サラダ 冬瓜水晶煮 チンゲン菜中華炒め 漬物						



※献立は仕入れの都合により変更になる場合がございます。