

週間献立表

	4月28日 月曜日	4月29日 火曜日	4月30日 水曜日	5月1日 木曜日	5月2日 金曜日	5月3日 土曜日	5月4日 日曜日
朝食	ご飯 茄子のケチャップ炒め	ご飯 白菜の煮浸し	ご飯 豆腐の甘辛炒め	ご飯 しろ菜ソテー	ご飯 ポトフ風	ご飯 野菜のたまごとじ	ご飯 もやしの和え物
	和食 ごま和え	和食 南瓜サラダ	和食 三度豆の和え物	和食 パンブッキンサラダ	和食 オクラのけ和え	和食 大根サラダ	和食 平天の炒め物
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	パン	パン	パン	ツイストパン	パン	パン	パン
	洋食 茄子のケチャップ炒め	洋食 白菜の煮浸し	洋食 豆腐の甘辛炒め	洋食 しろ菜ソテー	洋食 ポトフ風	洋食 野菜のたまごとじ	洋食 もやしの和え物
	果物	果物	果物	果物	果物	果物	果物
昼食	飲料	飲料	飲料	飲料	飲料	飲料	飲料
	ご飯	ピラフ	ご飯	おにぎり			ご飯
	鰯の塩焼き	ナポリタンの日		鶏肉の塩麹炒め	あんかけ焼きそば	田舎散らし	変わりチャーハン
							
	A		B	ナポリタン			
	カブのそぼろあんかけ だし巻き卵 味噌汁	青菜の和え物 コンソメスープ	なすの当座煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	小松菜のドレ和え	炊き合せ 青梗菜のドレ和え 赤だし	パプリカのマリネ 果物	じゃが芋の山椒煮 小松菜の胡麻和え すまし汁
	* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。						
	ご飯 鶏の味噌焼き 炒り豆腐 オクラの甘酢和え すまし汁	ご飯 玉子巻き寿司 大豆の煮物 春菊のおひたし すまし汁	ご飯 ツナ玉焼き 冬瓜煮 菜の花のさっぱり和え すまし汁	ご飯 キーマカレー 添(コロッケ) デザート 漬物(福神漬)	ご飯 豆腐チャンブル きんぴらごぼう 菊菜のピーナッツ和え すまし汁	ご飯 散らし寿司(牛) かぼちゃの煮物 ほうれん草のポン酢和え すまし汁	ご飯 海老力ツ 高野豆腐の煮物 インゲンわさび和え 味噌汁
夕食							

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願ひ致します。



■ ナポリタンの日 ■

ナポリタンの日は、トマトケチャップの製造・販売しているカゴメ株式会社がナポリタンが昭和生まれの洋食であることから、国民の祝日である「昭和の日」に制定しました。

週間献立表

	5月5日 月曜日	5月6日 火曜日	5月7日 水曜日	5月8日 木曜日	5月9日 金曜日	5月10日 土曜日	5月11日 日曜日
朝食	ご飯 だし巻き卵 しろ菜の和え物 味噌汁 パン	ご飯 小松菜の和風和え いんげんの炒め物 味噌汁 パン	ご飯 スナップサラダ 野菜のたまごとじ 味噌汁 パン	ご飯 マカロニサラダ 金平ごぼう 味噌汁 クリームエスカルゴ	ご飯 オムレツ うぐいす豆煮 味噌汁 パン	ご飯 じゃが芋とウインナーの洋風炒め きのこの和え物 味噌汁 パン	ご飯 いんげんの中華和え 炒り卵 味噌汁 パン
	洋食	だし巻き卵 果物 飲料	小松菜の和風和え 果物 飲料	スナップサラダ 果物 飲料	マカロニサラダ 果物 飲料	オムレツ 果物 飲料	じゃが芋とウインナーの洋風炒め いんげんの中華和え 果物 飲料
		おにぎり		ご飯	ごちそうメニュー		ご飯
	A	子どものお日	とろろそば	田舎散らし	炒飯・エビチリ		豚丼
	B	オムライス			鶏肉の照り焼き		豚肉のカレー炒め
				ゴーヤチャンプルー	大根サラダ		
昼食	冬瓜のコンソメ煮 スナップサラダ コンソメスープ	きのこサラダ	厚揚げ煮 酢の物 すまし汁	南瓜の煮物 キャベツのナムル 味噌汁	肉団子の甘酢あん ジュウマイ 大根サラダ デザート たまごスープ	カリフラワーのさっと煮 里芋サラダ 味噌汁	ブロッコリーソテー 春雨サラダ すまし汁
* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯 鮭の西京漬け 金時豆 ピーマンの中華和え すまし汁	ご飯 豆腐ハンバーグ 里芋煮 ほうれん草の胡麻和え すまし汁	ご飯 太刀魚の山椒焼き 大根の信田煮 れんこんの甘酢和え 味噌汁	ご飯 白身魚の野菜あんかけ ビーフンの炒め物 しろ菜のナムル 味噌汁	ご飯 赤魚の有馬煮 ひじき煮 小松菜の昆布和え 味噌汁	ご飯 玉子巻き寿司 煮奴 春菊のおひたし すまし汁	ご飯 メンチカツ がんもの煮物 菜の花の和え物 味噌汁

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願ひ致します。



■ 端午の節句 ■

5月5日こどもの日は、「端午の節句」で
男の子の健やかな成長や幸せを祈ってお祝いする日です。

週間献立表

	5月12日 月曜日	5月13日 火曜日	5月14日 水曜日	5月15日 木曜日	5月16日 金曜日	5月17日 土曜日	5月18日 日曜日
朝食	ご飯 スナップの和え物 洋風たまごとじ 味噌汁 パン	ご飯 ほうれん草のさっぱり和え もやしのソテー ^{マカロニソテー} 味噌汁 パン	ご飯 青梗菜の和え物 青梗菜の和え物 味噌汁 パン	ご飯 しろ菜の煮浸し 茄子の和え物 味噌汁 レースンドッグ	ご飯 青菜の和え物 厚焼き卵 味噌汁 パン	ご飯 小松菜の和え物 竹輪の炒め物 味噌汁 パン	ご飯 いんげんの和え物 スクランブルエッグ 味噌汁 パン
	洋食	スナップの和え物 果物 飲料	ほうれん草のさっぱり和え 果物 飲料	青梗菜の和え物 果物 飲料	しろ菜の煮浸し 果物 飲料	青菜の和え物 果物 飲料	小松菜の和え物 果物 飲料
	ご飯			ご飯		おにぎり	おにぎり
	島根グルメ	ちらし寿司（エビ）	きじ焼き丼	旬：じゃがいも	玉子とじうどん	豚焼き肉風	にゅうめん
	A						
昼食	B	鯖のいり焼き		じゃが芋のバター醤油炒め			
	ひじき炒め インゲンのわさび和え 味噌汁	南瓜の煮物 ピーマンサラダ すまし汁	里芋の柚香煮 春菊の和え物 すまし汁	パプリカのコンソメ煮 ほうれん草のピーナッツ和え コンソメスープ	蓮根サラダ	豆腐の生姜あん プロッコリーの和え物 味噌汁	春菊のわさび和え
* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯 豆腐の中華風炒め煮 切干大根炒め煮 オクラの和え物 すまし汁	ご飯 豚肉の和風炒め 厚揚げの煮物 うぐいす豆 味噌汁	ご飯 ツナ玉焼き 大根の煮物 ブロッコリーのごま和え 味噌汁	ご飯 白身魚の野菜あんかけ チャプチエ風 おひたし すまし汁	ご飯 ミートローフ じゃが芋の金平 和風サラダ コンソメスープ	ご飯 エビフライ パプリカのソテー ^{高野豆腐の煮物} チンゲン菜とツの和え物 すまし汁	ご飯 赤魚香味ソース かぶのドレ和え すまし汁

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願ひ致します。



■ じゃが芋 ■

じゃが芋の旬は、春(5~6月)と秋(10~2月)の年2回あります。

この中でも、6月頃に出るものを「新じゃが」と呼び、小ぶりでみずみずしく、皮が薄いのが特徴です。

週間献立表

	5月19日 月曜日	5月20日 火曜日	5月21日 水曜日	5月22日 木曜日	5月23日 金曜日	5月24日 土曜日	5月25日 日曜日
朝食	和食 ご飯 ドレッシング和え ピーマンの旨塩炒め 味噌汁 パン	ご飯 カリフラワーサラダ しろ菜の中華風煮浸し 味噌汁 パン	ご飯 きのこの和え物 豆腐の甘辛炒め 味噌汁 パン	ご飯 大根の炒め物 青菜の和え物 味噌汁 牛乳パン	ご飯 小松菜の和え物 玉ねぎとカニの和風炒め 味噌汁 パン	ご飯 オムレツ オクラの和え物 味噌汁 パン	ご飯 ちくわの炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁 パン
	洋食 ドレッシング和え 果物 飲料	カリフラワーサラダ 果物 飲料	きのこの和え物 果物 飲料	大根の炒め物 果物 飲料	小松菜の和え物 果物 飲料	オムレツ 果物 飲料	オムレツ 果物 飲料
	ご飯		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	豚肉のオイスターソース炒め	塩梅カレーの日	赤魚のムニエル	旬:カブ	牛しゃぶ	めばるの煮つけ	鶏の味噌焼き
	A						
	B		塩梅カレー	カブと肉団子のトマト煮	アジの塩焼き		
昼食	冬瓜の煮物 春菊の和え物 すまし汁	かぶの甘酢和え 果物	茄子のトマト煮 もやしのサラダ コンソメスープ	じやが芋ソテー しろ菜ドレ和え スープ	なす味噌炒め だし巻き卵 金平ごぼう 果物 和風スープ	切干大根炒め もやしのナムル すまし汁	インゲンのソテー 白菜の和え物 すまし汁
* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	玉子巻き寿司(サラダ巻き)	ご飯 肉吸い	ご飯 五目卵焼き	ご飯 鮭のピリ辛焼き	ご飯 厚揚げの中華炒め	ご飯 れんこんと牛肉の炒め物	ご飯 マー婆一豆腐
	れんこんの金平	じやが芋の山椒煮	ビーフソテー	牛蒡炒め	ひじき炒め	さつまいも甘煮	小松菜の甘辛炒め
	わかめの酢の物	小松菜の和え物	オクラの和え物	わかめの酢の物	しろ菜のドレッシング和え	ほうれん草ごま和え	冬瓜の甘酢和え
	味噌汁		味噌汁	味噌汁	すまし汁	味噌汁	中華スープ

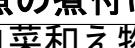
仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願ひ致します。



■ カブ ■

カブの旬は、春(3~5月)と秋(10~12月)の年2回あります。
春と秋で味わいが違うと言われています。

週間献立表

	5月26日 月曜日	5月27日 火曜日	5月28日 水曜日	5月29日 木曜日	5月30日 金曜日	5月31日 土曜日	6月1日 日曜日
朝食	和食 ご飯 洋風たまごとじ ホテトサラダ 味噌汁 パン	ご飯 スナップ炒め 金時豆 味噌汁 パン	ご飯 厚焼き卵 オクラの和え物 味噌汁 パン	ご飯 茄子の炒め物 白菜の中華和え 味噌汁 レーズンパン	ご飯 ピーマンのソテー 里芋のサラダ 味噌汁 パン	ご飯 春雨サラダ スナップソテー 味噌汁 パン	ご飯 小松菜の和え物 冬瓜の煮物 味噌汁 パン
	洋食 洋風たまごとじ 果物 飲料	スナップ炒め 果物 飲料	厚焼き卵 果物 飲料	茄子の炒め物 果物 飲料	ピーマンのソテー 果物 飲料	春雨サラダ 果物 飲料	小松菜の和え物 果物 飲料
		おにぎり	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
		ジャージャー麺	鯖の塩焼き	豚バラ大根		ビビンバ	豚肉の生姜炒め
昼食	A  				  鶏と玉葱の味噌炒め		
	B  					 	
	白菜和え物 具沢山汁	小松菜のドレ和え	竹輪の煮物 ピーマンの塩昆布和え すまし汁	カリフラワーの洋風煮 春菊の和え物 すまし汁	冬瓜の煮物 オクラの和え物 すまし汁	大根の旨煮 カリフラワーの胡麻和え すまし汁	高野豆腐の煮物 オクラのツナ和え すまし汁
* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯 鶏肉の和風炒め きのこのピリ辛炒め ほうれん草の和え物 味噌汁	ご飯 めばるの和風葱ソース 煮奴	ご飯 鶏つくね焼き さつまいもきんぴら	ご飯 田舎散らし がんもの煮物	ご飯 カニ玉風 チンゲン菜ソテー	ご飯 ピーマン豆腐の和風とろみ煮 なすの甘辛炒め	カレーライス 添)コロッケ マカロニサラダ デザート

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願ひ致します。



■ 味噌の日 ■

毎月30日を「味噌の日」と制定されており、味噌の消費減少を歴止めるために制定されました。