



令和8年 5月 献立表 (前半)



日	曜日	朝食	昼食	夕食
1	金	煮奴 カリフラワーマスタード炒め ご飯・味噌汁	牛肉ときのこの炒め物 五目豆煮 ほうれん草の和え物 ご飯・味噌汁	サバの蒲焼き じゃが芋含め煮 春雨の和え物 ご飯・味噌汁
2	土	さつま揚げ じゃことわかめの酢の物 ご飯・味噌汁	チキンソテーデミソース きのこのカレー炒め おくらサラダ ご飯・コンソメスープ	豚ロースの竜田揚げ 大根のコチュジャン炒め 野菜のゆかり和え ご飯・味噌汁
3	日	ソーセージと野菜のソテー インゲンマヨ和え ご飯・味噌汁	親子煮 じゃがいものバター醤油炒め カリフラワーのサラダ ご飯・味噌汁	ポークチャップ ひじきの炒り煮 小松菜の胡麻和え ご飯・味噌汁
		憲法記念日		
4	月	いなりの煮物 和風サラダ ご飯・味噌汁	揚げ赤魚のおろしあん 高野豆腐と野菜の中華煮 ビーフソテー ご飯・味噌汁	回鍋肉 焼売 白菜のごま酢和え ご飯・中華スープ
		みどりの日		
5	火	ハムステーキ ふきの信田煮 ご飯・味噌汁	行事食(こどもの日) ちらし寿司 じゃが芋のそぼろ煮 春菊の柚子和え ご飯・すまし汁	ホキのムニエルオーロラソース 茄子のガリパタ炒め グリーンサラダ ご飯・コンソメスープ
		こどもの日		
6	水	鮭塩焼き かぼちゃ煮 ご飯・味噌汁	アジフライ がんも煮物 アスパラのソテー ご飯・味噌汁	鶏団子タルタル南蛮 厚揚げとキャベツの味噌炒め おくらの煮びたし ご飯・すまし汁
		振替休日		
7	木	玉子焼 アスパラオイスターソース炒め ご飯・味噌汁	豆腐ハンバーグしらすあん 筍と枝豆の煮物 ほうれん草とツナのサラダ ご飯・味噌汁	豚ロース照焼き 里芋の煮物 菜の花の辛子和え ご飯・味噌汁
8	金	鶏肉とスナップエンドウのソテー じゃが芋と竹輪の煮物 ご飯・味噌汁	鮭のバターソテー インゲンのマスタード炒め 切干大根のサラダ ご飯・コンソメスープ	鶏肉のみりん焼き 茄子のそぼろあん 野菜の生姜煮 ご飯・味噌汁
9	土	オムレツ ポパイサラダ ご飯・味噌汁	豚肉の生姜炒め 竹輪のみそ煮 人参のごま和え ご飯・すまし汁	カレイの煮付 鶏ごぼう 青梗菜の和え物 ご飯・味噌汁
10	日	茄子のおろし煮 インゲンサラダ ご飯・味噌汁	唐揚げ きんぴら ポテトサラダ ご飯・味噌汁	ブルコギ 空豆と桜えびのソテー 若布のナムル ご飯・中華スープ
11	月	スクランブルエッグ ほうれん草からし和え ご飯・味噌汁	赤魚のレモン焼き がんもの煮付 小松菜のピーナッツ和え ご飯・味噌汁	ハンバーグおろしソース 切干大根のごま炒め 野菜の中華あえ ご飯・味噌汁
12	火	さつま揚げと野菜の煮物 きのこのソテー ご飯・味噌汁	カレーライス そら豆の卵とじ キャベツのペペロンチーノ ご飯	団子のチリソース 大根の旨煮 ピーマンの和えもの ご飯・味噌汁
13	水	納豆 カニサラダ ご飯・味噌汁	鶏肉のごま照り焼き 筍のオイスター炒め 野菜のコンソメ煮 ご飯・すまし汁	ぶり塩焼き ふきの信田煮 れんこんサラダ ご飯・味噌汁
14	木	ウインナー 人参しりしり ご飯・味噌汁	とんかつ ピーマンの桜えび炒め コールスローサラダ ご飯・味噌汁	擬製豆腐 インゲンのピリ辛炒め じゃが芋のカレーソテー ご飯・味噌汁
15	金	甘辛肉団子 ひじきサラダ ご飯・味噌汁	ホキの煮付 蒟蒻のきんぴら 菜の花のわさび和え ご飯・味噌汁	豚肉のさっぱり炒め キャベツの玉子とじ 海藻サラダ ご飯・味噌汁



令和8年 5月 献立表（後半）



日	曜日	朝 食	昼 食	夕 食
16	土	アスパラソテー 彩りピーマンマリネ ご飯・味噌汁	鶏肉の甘辛煮 がんも煮 若布とカニカマの酢の物 ご飯・味噌汁	豚ロース西京焼き 高野豆腐の煮物 白和え ご飯・味噌汁
17	日	シャーマンポテト 玉葱とハムのソテー ご飯・味噌汁	八宝菜 しゅうまい カリフラワー中華炒め ご飯・中華スープ	鯖の味噌煮 じゃが芋のきんぴら 和え物 ご飯・すまし汁
18	月	玉子焼 キャベツおかか和え ご飯・味噌汁	ぶりの山椒焼き 青梗菜の信田煮 ナスの煮浸し ご飯・味噌汁	牛肉とインゲンのソテー 筍の土佐煮 オクラと竹輪の胡麻和え ご飯・味噌汁
19	火	あじみりん焼 たけのこ煮物 ご飯・味噌汁	チキンピカタ カリフラワーカレー炒め 豆とコーンのマヨサラダ ご飯・コンソメスープ	豆腐ステーキ野菜あん スバゲティサラダ きのこのマスタードソテー ご飯・味噌汁
20	水	キャベツとえびの炒め物 小松菜お浸し ご飯・味噌汁	中華丼 ツナじゃが 大根サラダ	つみれの炊き合わせ 蒸し鶏のボン酢あえ 油あげのさっぱり煮 ご飯・すまし汁
21	木	オムレツ 野菜炒め ご飯・味噌汁	赤魚の塩焼き 豆腐と小松菜のチャンプル きのこのピリ辛和え ご飯・味噌汁	とんかつ カラフルピーマンソテー じゃが芋の田舎煮 ご飯・味噌汁
22	金	つみれの煮物 竹輪の炒り煮 ご飯・味噌汁	チンジャオロース 玉葱ケチャップ炒め 青菜の和え物 ご飯・中華スープ	ホキの甘酢あんかけ 里芋の甘辛煮 いんげんのピーナッツ和え ご飯・味噌汁
23	土	ウインナー マカロニサラダ ご飯・味噌汁	豚肉と茄子の旨塩炒め 小松菜の生姜浸し カリフラワーのえびあん ご飯・味噌汁	鮭のガーリックソテー じゃが芋のチーズ焼き グリーンサラダ ご飯・コンソメスープ
24	日	肉じゃが オクラボン酢和え ご飯・味噌汁	鶏の照り焼き 厚揚げの煮物 ひじきの和え物 ご飯・味噌汁	白身フライ 里芋とイカの煮物 野菜のソテー ご飯・味噌汁
25	月	団子のあんかけ 切干大根和え物 ご飯・味噌汁	ハヤシライス キャベツペペロンチーノ 野菜サラダ	タラのみりん焼き 野菜の煮もの 青梗菜ときのこの炒め物 ご飯・味噌汁
26	火	ほうれん草のクリーム煮 ビーンズサラダ ご飯・味噌汁	鶏団子オニオンソース ぜんまい煮 小松菜の和えもの ご飯・味噌汁	牛すき煮 がんもの和風あん 竹輪の和え物 ご飯・味噌汁
27	水	ハッシュドポテト カリフラワーとツナのサラダ ご飯・味噌汁	赤魚のさっぱりねぎだれ きのこのソテー アスパラのあえもの ご飯・味噌汁	エビフライ 茄子のオイスター炒め いんげんの和風煮 ご飯・味噌汁
28	木	厚揚げの煮物 とろろめかぶ ご飯・味噌汁	天ぷら じゃが芋の煮付 キャベツの煮浸し ご飯・味噌汁	さわらの生姜煮 焼きビーフン ほうれん草さび和え ご飯・味噌汁
29	金	サバ塩焼 ナムル ご飯・味噌汁	豆腐ハンバーグ和風あん 里芋の味噌煮 キャベツの柚子胡椒和え ご飯・すまし汁	鶏と厚揚げの中華煮 野菜炒め 糸こんにゃくのきんぴら ご飯・味噌汁
30	土	ハムステーキ ピーマンの炒め物 ご飯・味噌汁	鶏の西京焼 蓮根の煮物 青菜の錦糸和え ご飯・味噌汁	肉団子のクリーム煮 アスパラバターソテー カニサラダ ご飯・コンソメスープ
31	日	さつま揚げ 人參高菜炒め ご飯・味噌汁	麻婆茄子 春巻 野菜のナムル ご飯・中華スープ	鮭の南蛮漬 人參ときのごま炒め 野菜の和え物 ご飯・味噌汁