



令和4年



献立予定表



日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
		鶏肉のケチャップ炒め れんこんサラダ フルーツ【りんご】 コンソメスープ ご飯	ホキの磯辺焼き ざっぱりサラダ ぶどうムース 味噌汁 ご飯	イワシの生姜煮 五目煮豆 菊花みかん 清汁 三種のいなり寿司	カレーうどん 山菜の炒り煮 ストロベリーゼリー	豚肉とキクラゲの卵炒め カニカマともやしのポン酢和え フルーツ【白桃】 中華スープ ご飯
6	7	8	9	10	11	12
鶏コマの生姜炒め ひじきサラダ オレンジムース 味噌汁 ご飯	豚肉のおろし和え 菜の花の錦糸卵和え フルーツカクテル 清汁 ご飯	ハムカツ チンゲン菜のナムル フルーツ【黄桃】 味噌汁 ご飯	カラフル親子丼 春菊のごま和え フルーツ【洋梨】 清汁	エビのチリ煮 拌三絲 フルーツ【パイナップル】 中華スープ ご飯	五目あんかけ焼 きそば 小松菜としらすのドレ和え リンゴムース コンソメスープ	茄子と挽肉の甘辛炒め 春菊ときのこの生姜和え フルーツ【みかん】 味噌汁 ご飯
13	14	15	16	17	18	19
赤魚の煮付け レンコンの味噌金平 フルーツ【黄桃】 清汁 ご飯	豚肉の野菜炒め 菜の花のシーザー和え フルーツ【洋梨】 味噌汁 ご飯	豚キムチ 豆とブロッコリーの中華和え バナナムース 中華スープ ご飯	アジフライ アスパラのサラダ フルーツ【パイナップル】 味噌汁 ご飯	鶏肉の味噌炒め いんげんのサラダ フルーツ【マンゴー】 味噌汁 ご飯	茄子のボロネーゼスパゲティ カリフラワーサラダ ミックスゼリー ジョア	鶏肉と玉ねぎのバター炒め キャベツのオイマヨソテー フルーツ【黄桃】 コンソメスープ ご飯
20	21	22	23	24	25	26
とろろそば 錦糸卵ともやしの中華和え フルーツ【みかん】 味噌汁	豚肉とタケノコの味噌煮 ほうれん草のごま和え フルーツカクテル 清汁 ご飯	鶏肉とれんこんの炒め物 胡瓜とツナのごま和え 桃ゼリー 中華スープ ご飯	豚肉のケチャップ炒め かぼちゃサラダ フルーツ【洋梨】 コンソメスープ ご飯	青椒肉絲 春雨の中華和え フルーツ【みかん】 きくらげのスープ ご飯	塩ラーメン ほうれん草のナムル フルーツ【マンゴー】	炒り卵のカレー風味炒め ブロッコリーとコーンの和え物 フルーツ【白桃】 コンソメスープ ご飯
27	28	🌸🍰🌸🌸🍰🌸🌸🍰🌸🌸🍰🌸🌸🍰🌸🌸🍰🌸🌸🍰🌸				
豚肉の柚子胡椒炒め 胡瓜の酢の物 フルーツ【りんご】 清汁 ご飯	なすと豚肉のポン酢炒め 枝豆とさつまいものサラダ ピーチムース 味噌汁 ご飯					

