

# 2026年5月 月間献立表

5月

	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕		
5月1日 (金)	米飯 味噌汁 れんこんと昆布の煮物 金山時みそ 牛乳	米飯 鶏のムニエル(付)野菜ソテー 小松菜とツのあえ物 フルーツ じゃが芋のスープ	米飯 ひらすの照り焼き(付)もやしゆかり 南瓜の和風ミルク煮 青菜と大根中華風和え すまし汁	5月11日 (月)	米飯 味噌汁 鶏そぼろ卵焼き こんぶ佃煮 牛乳	米飯 八宝菜 ポテトサラダ フルーツ わかめスープ	米飯 ひらすの香味焼き(付)ピザソース 高野豆腐の含め煮 れんこんのナムル すまし汁	5月21日 (木)	米飯 味噌汁 おくらのおかか和え いりこみそ 牛乳	米飯 麻婆豆腐 小松菜のじゃこおろし フルーツ 中華スープ	米飯 魚のリス蒲焼き(付)加納ソーテー 茄子の揚げ浸し ひじきの甘酢和え すまし汁
5月2日 (土)	米飯 味噌汁 豆と野菜の彩り煮 こんぶ佃煮 牛乳	米飯 ひらすの田楽(付)オクラ和え 白菜の黒胡椒炒め 春雨のサラダ すまし汁	米飯 チーズハンバーグ(付)ブロッコリー 野菜のマリネ フルーツ コンソメスープ	5月12日 (火)	米飯 味噌汁 大豆と昆布の煮物 のりたまごふりかけ ヨーグルト	米飯 ぶりのねぎ味噌焼き(付)揚げ茄子 南瓜のいとこ煮 キャベツとアボカドのサラダ もずく汁	米飯 豚しゃぶみぞれ煮 フルーツ	5月22日 (金)	米飯 味噌汁 厚揚げの彩りあんかけ のりたまごふりかけ 牛乳	米飯 魚のチーズパン粉焼き(付)野菜ソテー 五目金平 菜種あえ キャベツのスープ	雑穀ごはん 豚バラと野菜の中華煮 フルーツ
5月3日 (日)	米飯 味噌汁 れんこんの白和え のりかつおふりかけ 牛乳	米飯 豚肉のダブル炒め(付)ほうれん草ソテー 牛肉とごぼうの炒め煮 フルーツ キャベツのスープ	米飯 魚のホイル蒸し ビーフン炒め 小松菜のごま和え すまし汁	5月13日 (水)	米飯 味噌汁 湯葉と昆布の彩り和え 金山時みそ 牛乳	五目チャーハン 蒸鶏のごまだれかけ(付)もやし パインゼリー 大根のスープ	米飯 魚のチーズマヨネーズ焼き(付)玉ねぎソテー 里芋のそぼろ煮 青菜と桜エビの和え物 すまし汁	5月23日 (土)	米飯 味噌汁 金平ごぼう 金山時みそ 牛乳	米飯 酢豚 豆腐の山かけ フルーツ 春雨スープ	米飯 赤魚の利休焼き(付)さつま芋 チンゲン菜のオイスター炒 大根サラダ すまし汁
5月4日 (月)	米飯 味噌汁 おくら たいみそ 牛乳	雑穀ごはん ぶりの甘露煮(付)大根・絹さや 茄子の肉味噌かけ 白菜の酢の物 すまし汁	米飯 ハッシュドビーフ フルーツ	5月14日 (木)	米飯 味噌汁 ひじきの煮物 のりかつおふりかけ 牛乳	米飯 かれの磯部揚げ(付)キャベツソテー 卵の花 白菜の和風和え すまし汁	米飯 タンダリーチキン(付)人参グラッセ いかのマリネ フルーツ れんこんのスープ	5月24日 (日)	米飯 味噌汁 切干大根の煮物 こんぶ佃煮 ヨーグルト	米飯 肉豆腐 トマトの卵とじ おくらと大根の炒め あえ すまし汁	米飯 ピザ風フィッシュ(付)マッシュポテト キャベツのじゃこ炒め フルーツ ほうれん草のスープ
5月5日 (火)	米飯 味噌汁 おくらのおかか和え たらこふりかけ 牛乳	二色おにぎり 鶏の唐揚げ エビフライ 卵焼き ウインナー 野菜の煮物 デザート	米飯 かれのチーズムニエル(付)キャベツソテー きのこのガーリック炒め レタスのピザ和え 白菜のスープ	5月15日 (金)	米飯 味噌汁 豆乳がんも煮 たいみそ 牛乳	三色丼 野菜の浅漬け風 パパロア 具たくさん汁	米飯 さばのみりん漬焼き(付)もやしポン酢 じゃが芋とツの野菜炒め れんこんなめ茸和え すまし汁	5月25日 (月)	米飯 味噌汁 大豆五目煮 のりかつおふりかけ 牛乳	シーフードカレー 卵サラダ マスカットゼリー	米飯 つくね焼き(付)もやしマヨネーズ風味あえ 焼きなす 海藻サラダ すまし汁
5月6日 (水)	米飯 味噌汁 たけのこの煮物 ゆずみそ ヨーグルト	米飯 魚の明太マヨ焼き(付)菜の花和え わかしのクリーム煮 キャベツの梅肉和え すまし汁	米飯 すき焼き風煮込み フルーツ	5月16日 (土)	米飯 味噌汁 れんこんと昆布の煮物 たらこふりかけ 牛乳	雑穀ごはん ぶりの梅煮(付)里芋 お好み焼き 小松菜の中華和え すまし汁	米飯 おでん フルーツ	5月26日 (火)	米飯 味噌汁 鶏そぼろ卵焼き たいみそ 牛乳	米飯 さばのぼん酢焼き(付)南瓜 小松菜の塩麹炒め レタスのピザ和え すまし汁	米飯 手作りロールキャベツ フルーツ
5月7日 (木)	米飯 味噌汁 厚揚げの彩りあんかけ のりかつおふりかけ 牛乳	ボークカレー 野菜サラダ フルーチェ	米飯 千草焼き(付)加納ソーテー 豚肉と茄子の炒め煮 れんこんと大根和え すまし汁	5月17日 (日)	米飯 味噌汁 豆と野菜の彩り煮 ゆずみそ 牛乳	米飯 豚肉のブルコギ風 レンコンのおかか煮 フルーツ ツの野菜のスープ	米飯 鮭のレバーペースト焼き(付)イグツ 白菜と肉団子の煮物 スパゲティサラダ コンソメスープ	5月27日 (水)	米飯 味噌汁 湯葉と昆布の彩り和え たらこふりかけ 牛乳	パン かぼちゃコロケ(付)温野菜 コールスローサラダ フルーツ 白菜の味噌スープ	米飯 ぶりのみそマヨネーズ焼き(付)イグツソテー 白菜の中華和え レバーの甘辛煮 すまし汁
5月8日 (金)	米飯 味噌汁 金平ごぼう ひじきのり 牛乳	米飯 魚の若草焼き(付)彩り野菜 がんもの煮物 春菊のおかか和え のっぺい汁	米飯 鶏の和風ムニエル(付)ブロッコリー キャベツの卵炒め フルーツ 冬瓜のスープ	5月18日 (月)	米飯 味噌汁 れんこんの白和え のりかつおふりかけ ヨーグルト	米飯 イタリアンオムレツ(付)ブロッコリー しぎなす ツの野菜のサラダ きのこスープ	米飯 肉じゃが もやしのゆかり和え フルーツ すまし汁	5月28日 (木)	米飯 味噌汁 ひじきの煮物 ゆずみそ 牛乳	米飯 魚のムニエル(付)きのこソテー しらたきの洋風炒め コロコロチーズサラダ もやしのスープ	雑穀ごはん 豚肉の豆乳鍋 フルーツ
5月9日 (土)	米飯 味噌汁 切干大根の煮物 もろみみそ 牛乳	パン 煮込みハンバーグ(付)いんげん マリネサラダ フルーツ コンソメスープ	米飯 あじの蒲焼(付)もやしマヨ風味あえ ツの野菜の塩炒め 里芋のマヨサラダ すまし汁	5月19日 (火)	米飯 味噌汁 たけのこの煮物 ひじきのり 牛乳	焼きそば コロコロチーズサラダ フルーツヨーグルト	米飯 ひらすの焼き浸し(付)おくら和え ツの野菜とツの炒め 加納ソーと豆のサラダ すまし汁	5月29日 (金)	米飯 味噌汁 豆乳がんも煮 のりかつおふりかけ 牛乳	米飯 鶏肉のつや煮(付)なす 野菜かきあげ フルーツ すまし汁	米飯 魚の韓国風漬け焼き(付)もやしの和え物 筑前煮 梅おかか和え すまし汁
5月10日 (日)	米飯 味噌汁 冷奴 いりこみそ 牛乳	雑穀ごはん さばの塩こうじ焼き(付)さつま芋甘煮 白菜の青しそ和え レバーしぐれ煮 すまし汁	米飯 野菜たっぷりポトフ フルーツ	5月20日 (水)	米飯 味噌汁 おくら もろみみそ 牛乳	米飯 魚の酒蒸し(付)かぼちゃ・キャベツ 肉詰めいなりの含め煮 れんこんのごまだれ和え 豆乳味噌汁	米飯 ミートボールのトマトソース フルーツ	5月30日 (土)	米飯 味噌汁 れんこんと昆布の煮物 もろみみそ ヨーグルト	米飯 魚と芋の味噌チーズ焼き(付)加納ソーテー 厚揚げとツの野菜炒め物 大根の中華風サラダ すまし汁	米飯 チンジャオロース ふくさ焼き レモンゼリー 白菜のスープ

## <今月のイベント> 5/5(水) こどもの日メニュー

※材料の仕入れ状況により、献立を変更することがありますのでご了承ください。



5月31日 (月)	米飯 味噌汁 豆と野菜の彩り煮 ひじきのり 牛乳	米飯 豚の生姜焼き(付)キャベツソテー ところてん フルーツ すまし汁	米飯 えび玉風(付)ブロッコリー 豚肉と青菜のダブル炒め さつま芋サラダ 春雨スープ
-----------	--------------------------------------	---	--