

いつき 2026年5月献立表(前半) ※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

		肉	エネルギー (kcal)	魚	エネルギー (kcal)	丼物	エネルギー (kcal)	ルウ物	エネルギー (kcal)	種類	エネルギー (kcal)
1	金	牛肉のオイスター炒め 高野豆腐の卵とじ キャベツの浅漬け風 ご飯 汁物 フルーツ	605	鯖の胡麻味噌煮 高野豆腐の卵とじ キャベツの浅漬け風 ご飯 汁物 フルーツ	539	豚丼 高野豆腐の卵とじ キャベツの浅漬け風 汁物 フルーツ	542	クリームシチュー 高野豆腐の卵とじ キャベツの浅漬け風 ご飯 汁物 フルーツ	632	なめこおろしにゆう麺 高野豆腐の卵とじ キャベツの浅漬け風 ご飯 汁物 フルーツ	456
2	土	とり天 チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 汁物 フルーツ	635	白身魚のパン粉焼 チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 汁物 フルーツ	591	中華丼 チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ 汁物 フルーツ	544	クリームシチュー チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 汁物 フルーツ	667	とろろそば チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 汁物 フルーツ	454
4	月	お好み焼き風卵焼き 切干大根煮 菜の花のサラダ ご飯 汁物 漬物	615	アジフライ 切干大根煮 菜の花のサラダ ご飯 汁物 漬物	693	焼肉丼 切干大根煮 菜の花のサラダ 汁物 漬物	614	肉団子のシチュー 切干大根煮 菜の花のサラダ ご飯 汁物 漬物	732	あんかけパスタ 切干大根煮 菜の花のサラダ ご飯 汁物 漬物	584
5	火	チキンライス 白菜のコンソメ煮 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	800	タラのムニエル 白菜のコンソメ煮 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	572	木の葉丼 白菜のコンソメ煮 ポテトサラダ 汁物 漬物	592	肉団子のシチュー 白菜のコンソメ煮 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	795	焼うどん 白菜のコンソメ煮 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	556
6	水	豆腐の肉みそかけ かぼちゃの煮物 わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	608	メバルの利休焼 かぼちゃの煮物 わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	503	豚丼 かぼちゃの煮物 わかめの生姜和え 汁物 漬物	515	肉団子のシチュー かぼちゃの煮物 わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	678	ちゃんぽんめん かぼちゃの煮物 わかめの生姜和え ご飯 漬物	426
7	木	鶏肉のさっぱり煮 にんじんしりしり 小松菜の煮びたし ご飯 汁物 漬物	616	鯖の塩焼き にんじんしりしり 小松菜の煮びたし ご飯 汁物 漬物	541	麻婆丼 にんじんしりしり 小松菜の煮びたし 汁物 漬物	500	カレーライス にんじんしりしり 小松菜の煮びたし 汁物 漬物	624	中華風にゆう麺 にんじんしりしり 小松菜の煮びたし ご飯 漬物	444
8	金	豚肉の生姜焼き ひじき煮 インゲンのおかか和え ご飯 汁物 漬物	537	白身魚の野菜あんかけ ひじき煮 インゲンのおかか和え ご飯 汁物 漬物	530	ビビンバ丼 ひじき煮 インゲンのおかか和え 汁物 漬物	655	カレーライス ひじき煮 インゲンのおかか和え 汁物 漬物	618	きつねそば ひじき煮 インゲンのおかか和え ご飯 漬物	413
9	土	牛肉のしぐれ煮 ナスの揚げびたし さつまいもサラダ ご飯 汁物 漬物	732	赤魚の更紗蒸し ナスの揚げびたし さつまいもサラダ ご飯 汁物 漬物	601	はいから丼 ナスの揚げびたし さつまいもサラダ 汁物 漬物	661	カレーライス ナスの揚げびたし さつまいもサラダ 汁物 漬物	759	おぼろ昆布きしめん ナスの揚げびたし さつまいもサラダ ご飯 漬物	507
11	月	肉団子の甘辛煮 のりじゃが ブロッコリーのピーナツ和え ご飯 汁物 フルーツ	617	鯖のみりん焼き のりじゃが ブロッコリーのピーナツ和え ご飯 汁物 フルーツ	544	中華丼 のりじゃが ブロッコリーのピーナツ和え 汁物 フルーツ	531	ハヤシライス のりじゃが ブロッコリーのピーナツ和え 汁物 フルーツ	666	関西風うどん のりじゃが ブロッコリーのピーナツ和え ご飯 フルーツ	414
12	火	豚肉と白菜の旨煮 菜の花の炒め物 もやしのゆかり和え ご飯 汁物 フルーツ	541	アジの梅にんにく焼き 菜の花の炒め物 もやしのゆかり和え ご飯 汁物 フルーツ	529	焼肉丼 菜の花の炒め物 もやしのゆかり和え 汁物 フルーツ	583	ハヤシライス 菜の花の炒め物 もやしのゆかり和え 汁物 フルーツ	640	とんこつラーメン 菜の花の炒め物 もやしのゆかり和え ご飯 フルーツ	430
13	水	肉コロッケ 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	718	タラのマヨ焼き 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ ご飯 汁物 フルーツ	599	たまご丼 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ 汁物 フルーツ	505	ハヤシライス 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ 汁物 フルーツ	656	梅おろしにゆう麺 小松菜の煮びたし ごぼうサラダ ご飯 フルーツ	483
14	木	ポークチャップ ほうれん草のソテー マカロニサラダ ご飯 汁物 フルーツ	638	白身魚の磯部揚げ ほうれん草のソテー マカロニサラダ ご飯 汁物 フルーツ	645	ビビンバ丼 ほうれん草のソテー マカロニサラダ 汁物 フルーツ	756	ビーフシチュー ほうれん草のソテー マカロニサラダ ご飯 汁物 フルーツ	765	丸天そば ほうれん草のソテー マカロニサラダ ご飯 フルーツ	518
15	金	鶏肉の梅みそ焼き 里芋のそぼろあん 小松菜のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	579	赤魚のべっ甲煮 里芋のそぼろあん 小松菜のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	521	麻婆春雨丼 里芋のそぼろあん 小松菜のなめたけ和え 汁物 フルーツ	545	ビーフシチュー 里芋のそぼろあん 小松菜のなめたけ和え ご飯 汁物 フルーツ	684	ちくわ天きしめん 里芋のそぼろあん 小松菜のなめたけ和え ご飯 フルーツ	476