

2025年5月 献立表

ゆうらいふ横浜

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2	3
和食					ごはん お魚ソーセージのあんかけ たまごサラダ 金平ごぼう 味噌汁	ごはん チーズオムレツ スパゲティサラダ オクラめかぶモロヘイヤ 味噌汁	ごはん アンサンプルエッグ 紅あずまサラダ ひじき煮 味噌汁
洋食					パン お魚ソーセージのケチャップ焼き たまごサラダ ミネストローネ	パン チーズオムレツ スパゲティサラダ 枝豆スープ	パン アンサンプルエッグ 紅あずまサラダ オニオンスープ
昼食					ごはん 鶏のバジル焼き グラタン キャロットラペ 野菜スープ	冷やしたぬきうどん ほうれん草の白和え フルーツ	ごはん 青ヒラスの西京焼き 小松菜のおかか和え 京合わせ すまし汁
夕食					ごはん 赤魚の粕漬け焼き 海藻サラダ 明太マヨ入りちくわ磯部揚げ 味噌汁	ごはん メカジキのパン粉焼き 豆苗のピーナツ和え 揚げ南瓜ドレッシングかけ 野菜スープ	ごはん ボークチャップ カリフラワーのタルタル和え アボカドツナサラダ コーンポタージュ
	4	5	6	7	8	9	10
和食	ごはん ミートボール ごぼうサラダ 納豆 味噌汁	ごはん レアオムレツ 蓮根サラダ インゲンの胡麻和え 味噌汁	ごはん ジャーマンポテト 豆の胡麻サラダ 茄子の甘辛煮 味噌汁	ごはん 鯖の塩焼き 紅あずまサラダ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	ごはん 豆腐ハンバーグ たらもサラダ みかんなます 味噌汁	ごはん 金目鯛の西京焼き コールスローサラダ ひじき煮 味噌汁	ごはん ウインナーとキャベツの和風煮 マカロニサラダ さつま芋のレモン煮 味噌汁
洋食	パン ミートボール ごぼうサラダ ブロッコリースープ	パン レアオムレツ 蓮根サラダ ごぼうスープ	パン ジャーマンポテト 豆の胡麻サラダ クラムチャウダー	パン 野菜炒め 紅あずまサラダ キャロットスープ	パン 豆腐ハンバーグ たらもサラダ パンブキンスープ	パン ハム&ハッシュドポテト コールスローサラダ グリーンピーススープ	パン ウインナーとキャベツのコンソメ煮 マカロニサラダ 枝豆スープ
昼食	ごはん 鯖の塩焼き オクラの梅肉和え さつまいもの甘煮 味噌汁	旬ごはん 鯛の揚げ出し 海鮮つみれの玉子あん 胡瓜とささみの酢味噌かけ すまし汁	ごはん 親子煮 塩昆布キャベツ コーヒゼリー 赤出汁	ごはん 豚肉と白菜のボン酢煮込み 水菜の和え物 竹輪の磯辺揚げ 味噌汁	ゆかりごはん 鮭の味噌チーズ焼き ほうれん草とにんじんのおから和え きのこおろし煮 かきたま汁	醤油ラーメン 焼売 杏仁豆腐	ごはん カラスカレイのソテー 南瓜ピーナッツサラダ 大根ステーキ ミネストローネ
夕食	ごはん 筑前煮 揚げ茄子のおかかまぶし 厚揚げの田楽味噌かけ すまし汁	ごはん 鯖の山椒焼き 青梗菜の和え物 ちくわぶの煮物 味噌汁	ごはん ホキの甘辛胡麻焼き 豆苗の和え物 白滝のたらこ和え 味噌汁	ごはん 天麩羅 いんげんの菜種和え 花形しんじょの煮物 味噌汁	ごはん チキン南蛮 筍の土佐和え 冬瓜の冷鉢 味噌汁	ごはん 海鮮寄せ鍋風煮込み ささみと大葉マヨネーズ きのこのカレーソテー	ごはん 豚バラ大根 ブロッコリーの和え物 オクラの寄せ揚げ 味噌汁
	11	12	13	14	15	16	17
和食	ごはん ミートボール ポテトサラダ 納豆 味噌汁	ごはん 野菜炒め 豆サラダ 卵の花 味噌汁	ごはん ハムエッグ スパゲティサラダ 野菜の胡麻和え 味噌汁	ごはん 鯖の照り焼き マカロニサラダ 豆と野菜の彩煮 味噌汁	ごはん お魚ソーセージのおろしソース たまごサラダ 切干大根 味噌汁	ごはん チーズオムレツ コールスローサラダ オクラめかぶモロヘイヤ 味噌汁	ごはん アンサンプルエッグ 紅あずまサラダ ひじき煮 味噌汁
洋食	パン ミートボール ポテトサラダ ブロッコリースープ	パン 野菜炒め 豆サラダ パンブキンスープ	パン ハムエッグ スパゲティサラダ グリーンピーススープ	パン ウインナー&野菜炒め マカロニサラダ キャロットスープ	パン お魚ソーセージのおろしソース たまごサラダ ミネストローネ	パン チーズオムレツ コールスローサラダ 枝豆スープ	パン アンサンプルエッグ 紅あずまサラダ オニオンスープ
昼食	デミオムライス きのこのマリネ キッシュ 野菜スープ	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 青梗菜の胡麻和え 春雨の和え物 味噌汁	山菜ごはん 鮭の西京焼き ほうれん草と椎茸の和え物 木の葉豆腐の煮物 すまし汁	ごはん 鶏の中華風あんかけ キャベツの土佐和え 茄子のおろしのせ 味噌汁	ごはん 鶏すき焼き 七色お和え すまし汁	ナポリタン レタスとナッツのサラダ 洋なしのコンポート スープ	高菜チャーハン マロニーの拌三絲 葱とチャーシューの炒め物 スープ
夕食	ごはん チキンのアボカドソース アスパラとベーコンのソテー マセドアンサラダ スープ	ごはん ホッケの塩焼き 人参と胡瓜の味噌マヨサラダ 錦糸玉子の海老しんじょう 味噌汁	ごはん 青椒肉絲 カニの中華風サラダ 厚揚げと小松菜の中華炒め スープ	ごはん カレイのかぶら蒸し 隠元の黒胡麻和え 高野豆腐の煮物 味噌汁	ごはん 鱈の揚げ茄子胡麻ダレ 青菜のお浸し 里芋の煮つ転がし 味噌汁	ごはん 豚ニラ炒め 中華風サラダ キャベツのザーサイ和え 玉子スープ	ごはん 赤魚のつけ焼き ブロッコリーの生姜和え 帆立風味フライ 味噌汁
	18	19	20	21	22	23	24
和食	ごはん ミートボール ごぼうサラダ 納豆 味噌汁	ごはん レアオムレツ 蓮根サラダ インゲンの胡麻和え 味噌汁	ごはん ジャーマンポテト 豆の胡麻サラダ 茄子の甘辛煮 味噌汁	ごはん 鯖の塩焼き 紅あずまサラダ ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	ごはん 豆腐ハンバーグ たらもサラダ みかんなます 味噌汁	ごはん 金目鯛の西京焼き コールスローサラダ ひじき煮 味噌汁	ごはん ウインナーとキャベツの和風煮 マカロニサラダ さつま芋のレモン煮 味噌汁
洋食	パン ミートボール ごぼうサラダ ブロッコリースープ	パン レアオムレツ 蓮根サラダ ごぼうスープ	パン ジャーマンポテト 豆の胡麻サラダ クラムチャウダー	パン 野菜炒め 紅あずまサラダ キャロットスープ	パン 豆腐ハンバーグ たらもササラ パンブキンスープ	パン ハム&ハッシュドポテト コールスローサラダ グリーンピーススープ	パン ウインナーとキャベツのコンソメ煮 マカロニサラダ 枝豆スープ
昼食	ごはん 鯖の塩焼焼き もずく酢 がんもの煮物 味噌汁	鯛めし 豆腐サラダ 明太マヨ入り竹輪の磯辺揚げ スープ	炊めし 干草焼きの蟹あんかけ 高野豆腐の煮物 寒天の小豆かけ すまし汁	ごはん 牛皿 キャベツとコーンのサラダ フルーツカクテル 味噌汁	海老ピラフ ラタトゥイユ とうもろこしのムース コンソメスープ	冷やし中華 ひすい餃子 豆花〜黒蜜きなこかけ〜	ごはん 白身魚のバジル焼き 大根の胡麻サラダ チーズロール スープ
夕食	ごはん 豚キムチ 胡瓜と錦糸卵の和え物 焼売 春雨スープ	ごはん メカジキの大根おろしのせ 胡瓜と鶏の和え物 ぜんまいの煮物 味噌汁	ごはん 豚バラ大根 冷やしトマト ゴーヤ味噌炒め 中華スープ	ごはん 赤魚の酒蒸し 野菜と蒟蒻の和え物 隠元と椎茸の甘辛炒め 味噌汁	ごはん 鮭のさっぱりボン酢焼き オクラのなめたけ和え 厚揚げの田楽味噌かけ すまし汁	ごはん カレイのバター醤油ソテー 小松菜とナッツのさっぱりサラダ はんぺんのマヨ焼き ミネストローネ	ごはん 豚肉の黒ゴマ炒め ブロッコリーのおかか和え 白滝の金平 味噌汁
	25	26	27	28	29	30	31
和食	ごはん ミートボール ポテトサラダ 納豆 味噌汁	ごはん 野菜炒め 豆サラダ 卵の花 味噌汁	ごはん ハムエッグ スパゲティサラダ 野菜の胡麻和え 味噌汁	ごはん 鯖の照り焼き マカロニサラダ 豆と野菜の彩煮 味噌汁	ごはん お魚ソーセージのあんかけ たまごサラダ 切干大根 味噌汁	ごはん チーズオムレツ コールスローサラダ オクラめかぶモロヘイヤ 味噌汁	ごはん アンサンプルエッグ 紅あずまサラダ ひじき煮 味噌汁
洋食	パン ミートボール ポテトサラダ ブロッコリースープ	パン 野菜炒め 豆サラダ パンブキンスープ	パン ハムエッグ スパゲティサラダ グリーンピーススープ	パン ウインナー&野菜炒め マカロニサラダ キャロットスープ	パン お魚ソーセージのケチャップソース たまごサラダ ミネストローネ	パン チーズオムレツ コールスローサラダ 枝豆スープ	パン アンサンプルエッグ 紅あずまサラダ オニオンスープ
昼食	ごはん 鯖の煮付け オクラのピーナツ和え 山芋揚げ 味噌汁	他人丼 カリカリ牛蒡のサラダ りんごのコンポート 味噌汁	炊き込みごはん 青ヒラスの柚子味噌焼き 水菜と人参のお浸し 揚げだし豆腐 すまし汁	カレーライス 春雨サラダ マンゴーヨーグルト もやしとわかめのスープ	きつねうどん 青菜のアーモンド白和え 紅生姜のかき揚げ	タコライス 人参しりしり ごま豆腐 野菜スープ	ごはん 鶏肉の南部焼き 小松菜の和え物 信田煮 味噌汁
夕食	ごはん 銀鱈の西京味噌焼き 大根の香味野菜 京合わせ すまし汁	ごはん エビマヨレモン風味 トマトときゅうりの中華和え チャブチェ 中華スープ	ごはん メカジキの生姜照り焼き 和風ポテトサラダ すき昆布の煮物 味噌汁	ごはん 勘八の塩焼き 南瓜と隠元の胡麻和え 里芋と人参の炊き合わせ 味噌汁	ごはん 赤魚の幽庵焼き 揚げ大根のゆず胡椒マヨ和え 錦糸玉子の海老しんじょう 味噌汁	ごはん カレイのパンブキンスープ 温野菜サラダ によっきのベベロンチーノ風 スープ	ごはん 白身魚フライ ブロッコリーとツナのあえもの パブリカのマリネ スープ