

## ヴィラフローラ南円山 週間献立表

	4/30(日)	5/1(月)	5/2(火)	5/3(水)	5/4(木)	5/5(金)	5/6(土)	
朝食	米飯 味噌汁 オムレツ ピーマンの炒め煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 メバルのムニエル かぼちゃのサラダ 塩辛 牛乳	米飯 味噌汁 目玉焼き チンゲンサイのきのこ和え うめぼし 牛乳	米飯 味噌汁 鶏ごぼう団子煮 さつまいもサラダ 漬物 牛乳	コーンパン スープ スクランブルエッグ ペンネサラダ 牛乳	米飯 味噌汁 ベーコンソテー ごぼうサラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 ほっけ漬け焼き 春雨サラダ 納豆 牛乳	
昼食	米飯 味噌汁 豚しゃぶ梅しそたれ ふろふき大根 小松菜のなめ茸和え	米飯 味噌汁 焼き魚 塩さば 五目煮 ほうれん草のお浸し	焼きそば スープ 海鮮しゅうまい ゼリー	ハヤシライス スープ 千切り野菜サラダ 白桃ジュレ	米飯 味噌汁 タレザンギ 里いもの照り煮 ブルーチェ	生ちらし 清し汁 茶碗蒸し 果物	米飯 味噌汁 あじフライ ミニおでん 果物	
夕食	わかめご飯 味噌汁 ソイの野菜あんかけ アスパラの炒め物 胡瓜とかぶの酢の物	米飯 味噌汁 豚肉と白菜のボン酢炒め 煮しめ 白和え	米飯 味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き 菜の花の柚煮浸し トマトドレッシングかけ	米飯 味噌汁 麻婆なす きゅうりとちくわの和え パンサンスー	米飯 味噌汁 ソイの南蛮漬け 厚揚げと枝豆の含め煮 しめじとオクラの和え物	米飯 味噌汁 ぶり大根 豆腐の炒め煮 白菜のお浸し	米飯 中華スープ 酢豚 にらの卵とじ 海藻サラダ	
	5/7(日)	5/8(月)	5/9(火)	5/10(水)	5/11(木)	5/12(金)	5/13(土)	
朝食	米飯 味噌汁 ミートインオムレツ スパゲティサラダ 漬物 牛乳	米飯 味噌汁 チキンナゲット キャベツと玉ねぎのおかか 和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 白身魚のムニエル きゅうりとちくわの和え 明太風味 牛乳	米飯 味噌汁 つみれ煮 生姜和え 梅干し 牛乳	レーズンパン スープ スクランブルエッグ かぶのサラダ 牛乳	米飯 味噌汁 ウィンナーソテー オクラの和え物 たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 タラの漬け焼き いんげんと人参の白和え 味付けのり 牛乳	
昼食	ゆかりご飯 味噌汁 ホッケの味噌漬け焼き 大豆の煮物 のり和え	米飯 味噌汁 デミソースハンバーグ レタスサラダ パパロア	味噌ラーメン 水餃子 フルーツ杏仁	米飯 味噌汁 麻婆豆腐 枝豆とハムのソテー 果物	米飯 味噌汁 赤魚の塩焼き 春菊のゆず浸し ひじきの炒め煮	ポークカレー スープ サラダ 果物	米飯 味噌汁 鶏肉のグリル～オニオンソー 金平ごぼう炒め ブルーチェ	
夕食	米飯 味噌汁 鶏肉のしょうゆ麹焼き 切干炒め煮 みつばと大根の和え物	米飯 味噌汁 メバルの生姜焼き 煮しめ トマト甘酢和え	米飯 味噌汁 えびマヨ とうがんの煮物 春菊の柚浸し	菜めしご飯 味噌汁 たらのちり蒸し かぶと切り昆布の煮物 なめたけ和え	米飯 味噌汁 回鍋肉 しゅうまい ザーサイの和え物	米飯 味噌汁 ひらすの柚庵焼き 炒り豆腐 高菜和え	米飯 味噌汁 あじ塩こうじ焼き もやし炒め ほうれん草のおかか和え	
	5/14(日)	5/15(月)	5/16(火)	5/17(水)	5/18(木)	5/19(金)	5/20(土)	
朝食	米飯 味噌汁 ミニハンバーグ グリル野菜添 彩りごまサラダ 塩辛 牛乳	米飯 味噌汁 厚焼き玉子 カリフラワーのサラダ 佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 ソイのみりん漬け焼き 大根とハムのサラダ うぐいす豆 牛乳	米飯 味噌汁 スクランブルエッグ ほうれん草とコーンの和え物 ふりかけ 牛乳	ごはん パン禁 スープ 魚のムニエル～トマトソース コールスロー たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 ポイルウィンナー かにかま和え 漬物 牛乳	米飯 味噌汁 かにつみれ煮 白菜の和え物 うめぼし 牛乳	
昼食	チャーハン スープ 春雨サラダ 果物	米飯 味噌汁 豚肉のねぎ塩炒め ひじきの炒め煮 パパロア	けんちんそば 白菜のおかか和え 水ようかん	米飯 味噌汁 銀カレイの西京焼き じゃがいもの煮物 小松菜のお浸し	米飯 味噌汁 鶏肉のレモンペッパー焼き マスタードジャーマンポテト 果物	米飯 味噌汁 えびチリ 水餃子 フルーツヨーグルト	米飯 味噌汁 豚皿 もやしとほうれん草のナムル 杏仁フルーツ	
夕食	米飯 味噌汁 赤魚の生姜煮 もやしとにらの中華炒め 菜の花のわさび和え	米飯 味噌汁 さばの味噌煮 そぼろ炒め チンゲンサイの胡麻和え	米飯 味噌汁 鶏肉のパセリバター焼き 竹の子のオイスター炒め 納豆和え	米飯 味噌汁 豚肉の葉味かけ ごぼうの旨煮 チンゲン菜のなめたけ和え	米飯 味噌汁 豚野菜炒め 五目煮 ほうれん草の胡麻和え	米飯 味噌汁 ほっけの塩麹焼き さつまいものレモン煮 春菊のお浸し	米飯 味噌汁 白身魚の香味だれかけ れんこん挟み揚げ 茄子と舞茸の焼き浸し	
	5/21(日)	5/22(月)	5/23(火)	5/24(水)	5/25(木)	5/26(金)	5/27(土)	
朝食	米飯 味噌汁 目玉焼き ごまだれサラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 めばるのバター醤油焼き 春雨サラダ たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 ベーコンソテー グリル野菜添 たらこ和え 佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 海老ボールコンソメ煮 ピーナツ和え 漬物 牛乳	ごはん パン禁 ミネストローネスープ ミートインオムレツ 大豆サラダ 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁 ホキの漬け焼き マカロニサラダ 梅干し 牛乳	米飯 味噌汁 チキンナゲット いんげんののり和え なめたけ 牛乳	
昼食	米飯 味噌汁 油淋鶏 中華和え 果物	米飯 味噌汁 ホキの焼き浸し れんこんの金平 小松菜のお浸し	スパゲティナポリタン スープ コーンクリームコロッケ ゼリー	ゆかりご飯 味噌汁 ぶりの柚庵焼き 白菜とあさりの旨煮 果物	米飯 味噌汁 えびフライ 彩り野菜のチャップ炒め 白桃ジュレ	米飯 味噌汁 コンソメスープ 大根サラダ フルーツヨーグルト	米飯 味噌汁 豚肉のしょうが焼き 厚揚げのおろし煮 果物缶	
夕食	米飯 味噌汁 ほっけの生姜煮 竹の子の土佐炒り もずく酢	米飯 味噌汁 チンジャオロース さといものべっこう煮 アスパラ舞茸の辛子和え	米飯 味噌汁 ソイの塩焼き うの花 長芋のなめ茸和え	米飯 味噌汁 チキンのトマト煮 れんこん挟み揚げ ポテトサラダ	米飯 味噌汁 焼き魚 紅鮭 茄子のそぼろあん モロヘイヤとツナのお浸し	米飯 味噌汁 チキン南蛮 きのこのバターボン炒め 白菜のお浸し	米飯 味噌汁 ほっけの煮つけ 五目煮 春菊の和え物	
	5/28(日)	5/29(月)	5/30(火)	5/31(水)	6/1(木)	6/2(金)	6/3(土)	
朝食	米飯 味噌汁 ミートボール にんじんのツナサラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 目玉焼き 胡麻和え 鮭フレック 牛乳	米飯 味噌汁 白身魚の塩焼き かにかま和え 明太風味 牛乳	米飯 味噌汁 つみれ煮 ブロッコリーの和え物 塩辛 牛乳				
昼食	米飯 味噌汁 牛皿 海鮮しゅうまい 果物	米飯 味噌汁 チキンストロガノフ マスタードジャーマンポテト 果物缶	肉うどん さつまいものレモン煮 杏仁豆腐	米飯 味噌汁 茹で豚のおろしソース ひじきの炒め煮 ゼリー				
夕食	菜めしご飯 味噌汁 サワラの西京漬け焼き しらすの卵とじ 胡瓜の酢の物	米飯 味噌汁 銀カレイの塩麹焼き 南瓜グラタン カリフラワーのサラダ	米飯 味噌汁 よだれ鶏 煮しめ 菜の花の白和え	米飯 味噌汁 銀ヒラスの西京焼き しぐれ煮 梅肉和え				