

# 週間献立表

	5月27日 月曜日	5月28日 火曜日	5月29日 水曜日	5月30日 木曜日	5月31日 金曜日	6月1日 土曜日	6月2日 日曜日
朝食	和食 ご飯 しる菜和え物 マカロニソテー 味噌汁 パン	ご飯 スナップの甘辛炒め 白菜のドレ和え 味噌汁 パン	ご飯 小松菜の和え物 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 パン	ご飯 炒り卵 青梗菜の和え物 味噌汁 ツイストパン	ご飯 パンプキンサラダ 豆腐の甘辛炒め 味噌汁 パン	ご飯 スナップの炒め物 ピーマンの和え物 味噌汁 パン	ご飯 大根の炒め煮 うぐいす豆 味噌汁 パン
	洋食 しる菜和え物 果物 飲料 ご飯	スナップの甘辛炒め 果物 飲料 ご飯	小松菜の和え物 果物 飲料 ご飯	炒り卵 果物 飲料 ご飯	パンプキンサラダ 果物 飲料 ご飯	スナップの炒め物 果物 飲料 ご飯	大根の炒め煮 果物 飲料 ご飯
昼食	A 旬 小松菜 小松菜と牛肉 の炒め物 	厚揚げと海老の炒め物 	お好み焼き 	味噌の目 鶏肉と玉葱の 味噌炒め 	鯖の塩焼き 	親子丼 	カレーうどん 
	B 					鯖の梅しそ焼き 	シルバーの照り焼き 
	パプリカのコンソメ煮 いんげんの和え物 スープ	かぶの炒め煮 春菊の昆布和え 味噌汁	なすの和え物 味噌汁	冬瓜の煮物 オクラの和え物 すまし汁	ビーフン炒め 小松菜のドレ和え 味噌汁	ひじきの炒め物 オクラの甘酢和え 味噌汁	もやしのガーリックソテー いんげんの和え物 すまし汁
	<b>* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。</b>						
夕食	ご飯 鱈の野菜あんかけ 炒り豆腐 青梗菜の和え物 すまし汁	ご飯 散らし寿司 高野豆腐の卵とじ 根菜サラダ 味噌汁	ご飯 赤魚の中華あんかけ もやしの炒め物 しる菜のおかか和え すまし汁	ご飯 鮭のシチュー スパゲティソテー ピーマンのうま塩和え コンソメスープ	ご飯 カレイの中華風蒸し あんかけ餃子 しる菜のナツ和え スープ	ご飯 めばるの西京焼き 厚揚げの炒め煮 ごぼうサラダ すまし汁	ご飯 玉子巻き寿司キンパ風(6個) なすのソテー わかめサラダ 味噌汁

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願い致します。



## ■ 味噌の種類 ■

味噌は大きく米味噌、麦味噌、豆味噌、調合味噌の4種類に分類でき、その中でも現在国内で生産されている8割が米味噌です。  
 【米味噌】 米、大豆、塩が原料 【麦味噌】 麦、大豆、塩が原料 【豆味噌】 大豆、塩が原料  
 【調合味噌】 米味噌、麦味噌または豆味噌を3種もしくは2種調合したもの。米麴、麦麴または豆麴を混合したものを使用した味噌。