

令和8年

5月

献立表



練馬区立しらゆり荘

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
☆主食は白米です。 (約170g) ※パンの日を除く					卵焼き オニオンライス 茄子の煮びたし キャベツの味噌汁	竹輪とキャベツの炒め物 春雨サラダ ミニフランク じゃが芋の味噌汁
3	4	5	6	7	8	9
だし巻き卵 刻み昆布煮 モロッコインゲンの中華和え 春菊の味噌汁	プレーンオムレツ カラフルピーマンのドレッシング和え 南瓜煮 大根の味噌汁	卵焼き ウィンナーソテー 白滝の土佐煮 オクラの味噌汁	ス克蘭ブルエッグ ハンバーグ ビーンズマリネ 菜の花の味噌汁	冬瓜の白煮 ささかま スナップエンドウのドレッシング和え 油揚げの味噌汁	焼き魚 ウィンナー マカロニサラダ 玉ねぎの味噌汁	だし巻き卵 チキンナゲット 春菊のゆず風味 じゃが芋の味噌汁
10	11	12	13	14	15	16
チキントマトオムレツ 大豆のうま煮 菜の花のわさび和え 白菜の味噌汁	納豆 ーロがんも煮 ゴーヤのさっぱり和え 玉ねぎの味噌汁	ロールパン ハムエッグ コンソメスープ	いわしつみれ煮 ささかま かぶのさっぱり和え えのきの味噌汁	プレーンオムレツ レーズンバターロール サラダ コンソメスープ	ウィンナーソテー 炒り卵 うぐいす豆 もやしの味噌汁	タラの塩焼き 納豆 オクラのドレッシング和え 大根の味噌汁
17	18	19	20	21	22	23
豆腐ハンバーグ 里芋の煮っころがし カラフルマリネ 油揚げの味噌汁	卵焼き 野菜天 いんげんの胡麻和え 玉ねぎの味噌汁	ミニクリームロール ロールパン ペーコンとブロッコリーのソテー サラダ コンソメスープ	キャベツのそぼろ炒め 炒り卵 ささかま 大根の味噌汁	ロールパン レーズンバターロール ミニプレート コンソメスープ	ハンバーグ ズッキーニのマヨソテー 三色豆 大根の味噌汁	ハムとモロッコインげんの炒め物 卵焼き ほうれん草の辛子和え 里芋の味噌汁
24	25	26	27	28	29	30
タラの照り焼き 納豆 チキントマトオムレツ 白菜の味噌汁	シューマイ 茄子のおかか和え ス克蘭ブルエッグ 豆腐の味噌汁	ロールパン フランクエッグ コンソメスープ	ハムとポテトのソテー 炒り卵 大豆うま煮 菜の花の味噌汁	ロールパン レーズンバターロール サラダ コンソメスープ	サバの塩焼き ささかま 茄子といんげんの煮びたし えのきの味噌汁	卵焼き 納豆 春雨サラダ 豆腐の味噌汁
31						
鶏肉の甘辛炒め 炒り卵 モロッコインげんのさっぱり和え しめじの味噌汁						

