




除去食献立一覧表


令和8年5月

除去食

日 曜	午前	昼 食	3 時	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	(その他の食品)
1	金	飲み物 せんべい かぶとハンバーグプレート キャベツのナムサラダ スープ(にんじん・コーン) デザート 	飲み物 こいのぼりクッキー	豚ひき肉 ロースハムスライス 調整豆乳	せんべい・米 調合油・かたくり粉 マヨドレ・デザート 米粉・上白糖	たまねぎ・にんじん グリーンピース・キャベツ コーン	飲み物・食塩 トマトチャップ・水 ブイヨン・ココア
2	土	飲み物 せんべい ごはん すき焼き風 野菜とツナの和え物 みそ汁(大根・油揚げ) バナナ	飲み物 塩昆布おにぎり	豚小間・木綿豆腐・ツナ 油揚げ・みそ	せんべい・米・上白糖 ごま油	にんじん・たまねぎ・こまつな 大根・バナナ・塩昆布	飲み物・だし おろししょうが・しょうゆ 料理酒
4	月	飲み物 せんべい お野菜丼 コンソメポテト パイナップル缶	飲み物 ツナマヨおにぎり	豚小間・ツナ	せんべい・米・ごま油 じゃがいも・調合油 マヨドレ	たまねぎ・にんじん・コーン カットわかめ・バインアップル缶	飲み物・食塩 鶏ガラスープ顆粒 ブイヨン
5	火	飲み物 せんべい ごはん 豚ひき肉の野菜炒め 大根のさっぱりサラダ みそ汁(豆腐・たまねぎ) ピーチゼリー	飲み物 ホットケーキ(いちごジャム添え)	豚ひき肉・絹ごし豆腐 みそ・調整豆乳	せんべい・米・調合油 上白糖・ごま油 ピーチゼリー・米粉 いちごミックスジャム	キャベツ・たまねぎ・にんじん 大根	飲み物・しょうゆ・料理酒 穀物酢・だし ベーキングパウダー
6	水	飲み物 せんべい ごはん 鶏つくね ひじきの炒り煮 みそ汁(ほうれんそう・えのき) デザート	飲み物 プレーンケーキ	鶏ひき肉・油揚げ・みそ 調整豆乳	せんべい・米・かたくり粉 調合油・上白糖・デザート 米粉	たまねぎ・ひじき・にんじん さやいんげん・ほうれんそう えのきたけ	飲み物・食塩・しょうゆ みりん・だし ベーキングパウダー
7	木	飲み物 せんべい ごはん 鶏肉のカレーから揚げ ブロッコリーのサラダ みそ汁(じゃがいも・にんじん) パイナップル缶	飲み物 黒糖とごまの蒸しパン	鶏むね・みそ・調整豆乳	せんべい・米・上白糖 かたくり粉・調合油 じゃがいも人参ミックス 米粉・黒砂糖・黒ごま	ブロッコリー・コーン バインアップル缶	飲み物・しょうゆ・カレー粉 穀物酢・食塩・だし ベーキングパウダー
8	金	飲み物 せんべい ごはん ぶりのみそ焼き 高野豆腐の煮物 すまし汁(ほうれんそう・油揚げ) マスカットゼリー	飲み物 豆乳きな粉クッキー	ぶり・みそ・高野豆腐 油揚げ・きな粉・調整豆乳	せんべい・米・調合油 じゃがいも人参ミックス 上白糖・マスカットゼリー 米粉	さやいんげん・ほうれんそう	飲み物・料理酒・みりん だし・しょうゆ・食塩
9	土	飲み物 せんべい ごはん 青葱肉絲 じゃがいもの炒め煮 中華スープ(豆腐・にんじん) オレンジ	飲み物 野菜のごはんおやき	豚小間・木綿豆腐	せんべい・米・かたくり粉 調合油・上白糖・ごま油 じゃがいも	たまねぎ・ピーマン・グリーンピース にんじん・オレンジ	飲み物・食塩・料理酒 しょうゆ・だし・水 鶏ガラスープ顆粒
11	月	飲み物 せんべい ハヤシライス にんじんサラダ スープ(キャベツ・コーン) パイナップル缶	飲み物 みそ蒸しパン	豚小間・調整豆乳・みそ	せんべい・米・調合油 米粉・上白糖・マヨドレ	にんじん・たまねぎ さやいんげん・キャベツ・コーン バインアップル缶	飲み物・水・ブイヨン トマトチャップ・ウスターソース 食塩・ベーキングパウダー
12	火	飲み物 せんべい ツナ混ぜ込みごはん 大根の煮物 みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) ピーチゼリー	飲み物 プレーンケーキ	ツナ・油揚げ・みそ 調整豆乳	せんべい・米・調合油 上白糖・じゃがいも ピーチゼリー・米粉 かたくり粉	たまねぎ・にんじん・ひじき 大根・グリーンピース	飲み物・だし・しょうゆ みりん・ベーキングパウダー
13	水	飲み物 せんべい ごはん チリコンカン 茹でブロッコリー コンソメスープ オレンジ	飲み物 にんじんおにぎり	豚ひき肉・大豆水煮 調整豆乳	せんべい・米・調合油 マヨドレ・かたくり粉 いり白ごま	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー コーン・スイートコーン缶・オレンジ	飲み物・トマトチャップ ウスターソース おろしにんにく・ブイヨン 食塩・水・料理酒・しょうゆ だし
14	木	飲み物 せんべい ごはん モチモチキン ロミロミサラダ スープ(キャベツ・たまねぎ) デザート	飲み物 マラサダ 	鶏もも・絹ごし豆腐	せんべい・米・上白糖 米粉・調合油・デザート かたくり粉・粉糖	トマト・にんじん・きゅうり キャベツ・たまねぎ	飲み物・しょうゆ・料理酒 おろししょうが おろしにんにく・穀物酢 食塩・水・ブイヨン ベーキングパウダー
15	金	飲み物 せんべい ごはん カレイのフリッター チンゲンサイとにんじんのソテー みそ汁(大根・ねぎ) パイナップル缶	飲み物 グレープ豆乳寒天	カレイ・みそ・調整豆乳	せんべい・米・マヨドレ 米粉・調合油・上白糖	チンゲンサイ・にんじん・大根 ねぎ・バインアップル缶・粉寒天 グレープジュース	飲み物・水 ベーキングパウダー・食塩・だし
16	土	飲み物 せんべい カラフルチャーハン 厚揚げのみそマヨ焼き 中華スープ(たまねぎ・わかめ) ラフランスゼリー	飲み物 かぼちゃもち	豚ひき肉・厚揚げ・みそ	せんべい・米・ごま油 マヨドレ・ラフランスゼリー かたくり粉・上白糖・調合油	にんじん・ピーマン・コーン ブロッコリー・たまねぎ カットわかめ・かぼちゃ	飲み物・鶏ガラスープ顆粒 食塩・みりん・水・しょうゆ
18	月	飲み物 せんべい お野菜丼 コンソメポテト パイナップル缶	飲み物 ツナマヨおにぎり	豚小間・ツナ	せんべい・米・ごま油 じゃがいも・調合油 マヨドレ	たまねぎ・にんじん・コーン カットわかめ・バインアップル缶	飲み物・食塩 鶏ガラスープ顆粒 ブイヨン
19	火	飲み物 せんべい ごはん 豚ひき肉の野菜炒め 大根のさっぱりサラダ みそ汁(豆腐・たまねぎ) ピーチゼリー	飲み物 ホットケーキ(いちごジャム添え)	豚ひき肉・絹ごし豆腐 みそ・調整豆乳	せんべい・米・調合油 上白糖・ごま油 ピーチゼリー・米粉 いちごミックスジャム	キャベツ・たまねぎ・にんじん 大根	飲み物・しょうゆ・料理酒 穀物酢・だし ベーキングパウダー
				鶏ひき肉・油揚げ・みそ	せんべい・米・かたくり粉	たまねぎ・ひじき・にんじん	飲み物・食塩・しょうゆ

