



2025年5月 予定献立表

グリーنز湘南



	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)
朝	ご飯 きのこの炒り卵 ひじきの煮物 ゆかり和え 味噌汁 ヨーグルト	オニオンソーセイジトースト 蒸し野菜&卵 ミルクティー きな粉ヨーグルト	ごはん 高野豆腐の炒め物 和風ポテトサラダ 梅干し 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 厚揚げとひき肉の オイスター煮 金平ごぼう 沢庵和え 味噌汁・ヨーグルト	ご飯 はんぺんの炒り卵 切り干し大根の煮物 ゆかり和え みそ汁 ヨーグルト
昼	ご飯 チンジャオロースー 豆腐サラダ 卵スープ	けんちんそば キャベツと胸肉の和え物	お好み焼き カニ風味サラダ 若芽ともやしのスープ	パン 鶏肉のトマト煮 コールスローサラダ ミルクティー	サンマーマン フルーツ杏仁豆腐
夜	お赤飯 鯖のおろし蒸し レバーの生姜煮 白菜の浅漬け お吸い物	五目おこわ 鶏だんごと野菜のくず煮 酢の物 お吸物 梅酒ゼリー	ご飯 牛すき煮 ごま和え 酢の物 お吸物	ご飯 鰯の生姜煮 肉じゃが 酢の物 お吸い物	鉄火丼 お煮しめ 青菜白和え お吸い物 果物

	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
朝	小倉ぱん ソーセイジと野菜のポトフ バナナ ヨーグルト	ご飯 ベーコンとしめじの炒り卵 がんもの煮物 漬物 味噌汁 ヨーグルト	五目雑炊 じゃが芋のそばろ煮 はんぺん焼き 梅干し ヨーグルト	トースト ソーセイジ入リスクランブル 千切り野菜サラダ ミルクティ ヨーグルト	ごはん がんもと野菜の煮物 納豆 なめ茸和え 味噌汁 ヨーグルト
昼	麦ご飯 豆腐ハンバーグ(おろし) ポテトサラダ けんちん汁	きじ焼きどんぶり 大根サラダ 味噌汁	蒸しパン チリコンカン 野菜スープ プリン	おかめうどん むね肉のゴマダレサラダ	ビビンバ 具だくさんスープ キムチ冷奴
夜	カレーライス 野菜のワサマヨ和え コンソメスープ りんごゼリー	ご飯 鯖の塩焼き 豆と根菜の五目煮 お浸し お吸物	ごはん カジキの香草パン粉焼き 野菜の焼き浸し 煮豆 卵スープ 果物	ご飯 豚の野菜巻き 青菜ピーナッツ和え 温やっこ お吸い物	ご飯 鶏肉と野菜のみそだれ蒸し 春雨サラダ 大豆と人参の甘煮 みそ汁



2025年5月 予定献立表

グリーンズ湘南



	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)
朝	ご飯 きのこの炒り卵 ひじきと大豆の煮物 大根ゆかり和え みそ汁 ヨーグルト	ご飯 卵とさつま揚げの煮物 納豆 甘酢漬け 味噌汁 ヨーグルト	桜えびトースト 蒸し野菜&蒸し卵 ミルクティ ヨーグルト	ご飯 はんぺんのスクランブル 納豆 干し大根の煮物 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 厚揚げとひき肉の オイスター煮 大根金平 大豆と人参の甘煮 味噌汁・ヨーグルト
昼	パン ミートボール 野菜スープ コーヒーゼリー	菜飯 鶏肉の治部煮 高野豆腐の味噌炒め お吸い物	ベーコンと玉ねぎの 味噌クリームうどん 抹茶小豆寒天	葱塩豚カルビチャーハン 竹輪の磯辺和え 春雨スープ	コーン蒸しパン タンドリーチキン 豆乳スープ
夜	ご飯 かに玉 和風あん ツナとレタスの和え物 新玉ねぎのおかかポン酢 ワカメスープ	ご飯 鯖の生姜煮 炒り豆腐 胡麻和え お吸い物 果物	ごはん 牛肉のしぐれ煮 新玉ねぎワカメ酢の物 柚子大根 味噌汁	ちらし寿司 高野豆腐の含め煮 胡麻和え お吸い物 きな粉白玉団子	ごはん カツオのたたき 大根そぼろ煮 えのきと貝割れの海苔和え お吸物

	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)
朝	トースト ベーコンと野菜のソテー スクランブルエッグ ミルクティー ヨーグルト	ご飯 はんぺんと野菜の煮物 納豆 野菜の塩昆布和え 味噌汁 ヨーグルト	卵雑炊 ソーセージと野菜の炒め物 漬物 ヨーグルト	ご飯 豚肉のトロミ卵とじ 大根の金平 ひたし豆 味噌汁 ヨーグルト	トースト ベーコンエッグ マカロニサラダ カフェオレ ヨーグルト
昼	アサリのトマトパスタ 大根ツナサラダ	麦とろご飯 棒棒鶏 漬物 お吸い物	パン 鶏とかぶのクリーム煮 キノコマリネサラダ レモンティー	高菜チャーハン 鶏団子の中華スープ キムチやっこ	カレーうどん フルーツゼリー
夜	ご飯 豚肉のピリ辛炒め 青菜の煮浸し レバーのワイン煮 お吸い物	カレーライス 新玉ねぎとひじきのマリネ かきたまスープ りんごゼリー	ご飯 鯖のオニオンソース ふろふき大根 白和え お吸い物	ご飯 鰯の梅煮 炒り豆腐 酢の物 味噌汁 果物	ご飯 中華風うま煮 白滝の練りごま和え 酢の物 お吸い物



2025年5月 予定献立表

グリーンズ湘南



	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)
朝	ご飯 車麩と野菜の煮物 納豆 もやしの辛子和え 味噌汁 ヨーグルト	ごはん 干びょうの卵とし なめ茸おろし 煮豆 味噌汁 ヨーグルト	ピザトースト 蒸し野菜&蒸し卵 カフェオレ ヨーグルト	ご飯 厚揚げの卵炒め 納豆 漬物 味噌汁 ヨーグルト	ご飯 豆腐のチャンプルー 青菜の煮浸し 佃煮 味噌汁 ヨーグルト
昼	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ 卵スープ	ミックスサンド コンスープ バナナ	うどんナポリタン キャベツとベーコンの シーザー和え	ご飯 豚肉と大根の甘辛煮 ナムル オニオンスープ	麦ごはん 豚肉と野菜の黒酢炒め ツナじゃが煮 味噌汁
夜	ガーリックライス カジキのソテー コンサラダ オニオンスープ 果物	ご飯 豆腐の肉巻き ひじきの煮物 なます お吸物	ご飯 チンジャオロースー ミツ葉とキノコのおろし和え 人参と大豆の甘煮 お吸い物	菜飯 揚げ出し豆腐 根菜の胡麻マヨ和え レバーの生姜煮 お吸物	ご飯 カジキおろしねぎソース 白菜とカニカマのトロトロ煮 金平ごぼう お吸い物

	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
朝	ご飯 車麩と野菜の煮物 納豆 竹輪のワサマヨ和え 味噌汁 ヨーグルト	トースト 大豆とソーセージのトマト煮 ゆで野菜サラダ ミルクティ ヨーグルト	ご飯 ベーコンとしめじの炒り卵 がんもの煮物 漬物 味噌汁 ヨーグルト	五目雑炊 キャベツのツナマヨ和え 漬物 ヨーグルト	トースト ウインナーと野菜のソテー そうめんサラダ ミルクティー ヨーグルト	ご飯 はんぺんの炒り卵 切り干し大根の煮物 ゆかり和え みそ汁 ヨーグルト
昼	蒸しパン 豆腐のラザニア風 野菜スープ	塩あんかけ焼きそば 杏仁豆腐	牛肉高菜とろろごはん 五目ごま和え 味噌汁 アセロラゼリー	パン チキンピカタ ミネストローネ	かき揚げそば 水ようかん	ご飯 鶏の照り焼き 高野豆腐の含め煮 甘酢漬け 味噌汁
夜	ご飯 豚の角煮 ひじきの南蛮酢 青菜ごま和え お吸い物	カレーライス 野菜のワサマヨ和え コンソメスープ りんごゼリー	ご飯 鯖のみそ煮 野菜の焼き浸し 梅和え お吸い物	鮭の混ぜ寿司 炊き合わせ 煮豆 お吸物	中華丼 春雨の和え物 わかめスープ 果物	ご飯 鯖の味噌マヨ焼き 南瓜のミルク煮 三種の金平 お吸い物

※都合によりメニューが変更になる場合がありますがご了承ください。