

5 月

献立表

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	5 (日)	
昼食		ご飯 ◎エビフライ ◎鶏肉の照り焼き 若竹煮 春雨サラダ 味噌汁 メロン	ご飯 ◎牛焼き肉炒め ◎ホキのマヨネーズ焼き ほうれん草とウィンナーのソテー フレンチサラダ コンソメスープ フルーチェぶどう	ご飯 ◎豚肉の柚子胡椒焼き ◎穴子の柳川煮 青梗菜とえびの炒め物 蓮根サラダ すまし汁 白桃缶	ご飯 ◎鶏天 ◎鮭の塩焼き 大豆の煮物 めかぶの酢の物 味噌汁 パイン(生)	端午の節句 	
	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)	
昼食	ご飯 ◎牛肉のしぐれ煮 ◎鯖の幽庵焼き 筍の炒め物 ほうれん草の和え物 すまし汁 アロエヨーグルト	ご飯 ◎ポークチャップ ◎白身魚のムニエル ポトフ マカロニサラダ コーンポターージュ みかん缶	ご飯 ◎揚げ出し豆腐の肉味噌かけ ◎さばの利休焼き 南瓜の煮物 いんげんの梅和え 味噌汁 りんご缶	ご飯 ◎鶏肉のさっぱり煮 ◎鮭のタルタル焼き 角麩の煮物 貝割れとツナの和え物 すまし汁 フルーツミックス缶	◎キーマカレー ◎ハヤシライス コーンコロケ チーズサラダ コンソメスープ プリン	◎肉うどん ◎宇治抹茶そば 里芋のそぼろ煮 枝豆の白和え オレンジ	ご飯 ◎チキン南蛮 ◎カレイの照り焼き しらたきのたらこ炒め 小松菜のお浸し 味噌汁 フルーチェいちご
	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	
昼食	ご飯 ◎スパニッシュチースオムレツ ◎シーフードシチュー スナックエンドウのソテー ごぼうサラダ コンソメスープ 黄桃缶	ご飯 ◎牛焼き肉炒め ◎メヌケの煮付け さつまいもと鶏の煮物 オクラのおかか和え ヤングコーンスープ バナナ	お祝い膳 	ご飯 ◎白身魚フライ ◎チキンステーキ 野菜のコンソメ煮 エビアボカドサラダ 豆乳スープ オレンジ	◎月見そば ◎さしめん 金平ごぼう もずく酢 キウイヨーグルト	◎麻婆丼 ◎中華丼 焼売 くらげの中華和え 中華スープ 杏仁豆腐	ご飯 ◎鯖の竜田揚げ ◎鶏肉の照り焼き 里芋といかの煮物 カリフラワーのたらこマヨかけ すまし汁 黄桃缶
	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	
昼食	寿司三味 	ご飯 ◎牛すき煮 ◎白身魚の野菜あんかけ こんにゃくのピリ辛炒め ほうれん草のピーナツ和え すまし汁 洋梨缶	ご飯 ◎豚しゃぶポン酢かけ ◎銀ひらすのもろみ焼き ごぼうはんぺんの煮物 枝豆とひじきの和え物 味噌汁 みかん缶	お楽しみ食 	ご飯 ◎味噌カツ ◎さばの塩焼き 春雨の炒め物 蓮根の梅和え すまし汁 フルーチェもも	ご飯 ◎ビーフシチュー ◎白身魚のマヨネーズ焼き ほうれん草とウィンナーのソテー アボカドとトマトのサラダ コンソメスープ りんご缶	ご飯 ◎豚の角煮 ◎銀ひらすの西京漬け焼き 金平ごぼう 小松菜の和え物 すまし汁 フルーツミックス缶
	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)		
昼食	ご飯 ◎ハンバーグ ◎カレーライス ミートコロケ チーズのサラダ オニオンスープ みかん缶	ご飯 ◎深川煮 ◎さばのみそ煮 里芋の煮物 竹輪と小松菜の和え物 すまし汁 バナナ	ご飯 ◎豚肉のねぎ塩焼き ◎海老のオイスター炒め 春巻き カリフラワーの中華和え 中華スープ 白桃缶	バイキング 	◎牛丼 ◎ネギトロ丼 筍の山椒炒め いんげんの和え物 すまし汁 フルーチェぶどう		

※一部変更になる場合があります。ご了承下さい。 愛生苑 管理栄養士

