



5月月間献立表



	月	火	水	木	金	土	日
							1
屋 食							大羽いわしの梅煮 ちりめん昆布 小松菜とえのきのお浸し
	2	3	4	5	6	7	8
屋 食	てりやきチキン ベジタブルソテー おくらと若芽のわさび和え	照焼きハンバーグ 刻みたくあん ほうれん草のおひたし	鶏肉と野菜のケチャップ煮 白菜昆布漬 しっとりうの花	まぐろのたたき丼  五目白和え	タラつみれのチリソース和え 金時豆 小松菜とえのきのお浸し	豚肉と野菜の塩麹炒め 赤大根 ひじきとおくらの和え物	さんまのトマト煮 花斗六豆 菜の花のお浸し
	9	10	11	12	13	14	15
屋 食	ナポリタンスパゲッティ  カリフラワーと人参のマリネ	豆腐の炒め煮 ひじき豆 菜の花のからし和え	さんまの生姜煮 角切昆布 いんげんの生姜醤油和え	♥田道お楽しみメニュー♥ 	ソース焼きそば  五目白和え	フィッシュカツ ちりめんひじき山椒 蓮根と挽肉の炒め煮	豚肉のたっぷり野菜炒め 拍子切りゆず大根 ほうれん草とコーンの和え物
	16	17	18	19	20	21	22
屋 食	ホキの粕味噌焼き 細切り昆布 ごぼうサラダ	焼き餃子 厚揚げと青菜の煮物 紅白なます	海老のチリソース 黒豆 ひじきの白和え	さわらの塩焼き しその実漬 芽かぶと長芋のオクラ和え	カボチャコロケ 彩りなます カリフラワーとソーセージのハーブソテー	チキンのトマト煮込み 大根のそぼろあん 筍と山菜の甘辛煮	麻婆豆腐 しそ昆布 ごぼうのきんぴら
	23	24	25	26	27	28	29
屋 食	天麩羅もりあわせ  柚子入り5種なます	あじの南蛮漬け きゅうりの醤油漬 ピーマンとかにかまのお浸し	豚の生姜焼き 刻み野沢菜漬 筍と小松菜とコーンの炒め物	助宗タラ塩麹焼き 白菜と菜の花の浅漬 ちくわとわかめの酢の物	さんまの蒲焼き風 おかか昆布 なめこと山芋のオクラ和え	牛肉と野菜の韓国風炒め 柚子わかめ そら豆入り春雨炒め	親子そぼろセット  切干大根煮

30

31

ポークカレー

ミックスハーブチキン

屋
食

福神漬け

刻みたくあん

玉ねぎと若布の甘酢和え