



5月分献立表



	月	火	水	木	金	土
	31日					
選択食	A: 鱈の蒲焼き B: 豚肉のオイスター炒め					
通常献立	ご飯 豆腐のカニかまあんかけ 大根のサラダ 中華スープ					
おやつ	ミニマフィンブルーベリー					
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
選択食	A: ホッケのネギ味噌焼き B: 五目炒飯	A: 鱈の照り焼き B: 豚肉の生姜焼き	端午の節句膳	A: 赤魚の味噌焼き B: 牛肉の野菜炒め	A: 鮭のみりん焼き B: 焼きそば	長寿ご飯の日
通常献立	ご飯(A) 肉団子の甘酢あん ほうれん草のナムル 中華スープ・デザート(B)	ご飯 お麩の玉子とじ しろ菜とえのきの和え物 味噌汁	中華おこわ 鱈のあんかけ 胡瓜とクラゲの酢の物 中華スープ・デザート	ご飯 切干大根の煮物 いんげんの胡麻和え お吸い物	ご飯(B半量) 平天の煮物 ブロッコリーのサラダ 味噌汁	ピラフ スズキの香草フライ ポテトサラダ・コンソメスープ デザート
おやつ	鯛焼きクリーム	水羊羹抹茶	ワッフルスティック	もみじ饅頭	エクレア	おかしなバナナ
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
選択食	A: ホキのピカタ B: 炒り鶏	A: スズキの山椒照り焼き B: 木の葉丼	A: 鱈のレモン焼き B: 豚肉の和風煮込み	A: カレイのみぞれ煮 B: 鶏肉のソテー	A: 鱈の粕漬け B: 肉団子の甘酢あん	A: 赤魚の甘辛煮 B: 牛肉とブロッコリーの炒め物
通常献立	ご飯 しらたきとピーマンの炒め物 カリフラワーの甘酢和え 味噌汁	ご飯(A) 南瓜の煮物 キャベツのくるみ和え お吸い物・漬物(B)	ご飯 卵の花 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁	ご飯 ほうれん草の炒め物 ごぼうのサラダ コンソメスープ	ご飯 がんもの炊き合わせ いんげんのピーナッツ和え お吸い物	ご飯 じゃが芋と玉ねぎの煮物 小松菜のおかか和え 味噌汁
おやつ	(手作り)パンナコッタ	ココアロール	うさぎ饅頭	黄味あん饅頭	ミニ野菜カステラ	厚切りカットバウム
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
選択食	A: 秋刀魚の梅煮 B: 鶏肉の塩麴焼き	長寿ご飯の日	A: ホッケの塩焼き B: 牛肉の野菜炒め	A: メルルーサのムニエル B: 鶏肉のすき焼き	A: カレイの唐揚げ B: そぼろ丼	A: 鱈の山椒焼き B: 鶏肉のやわらか煮
通常献立	ご飯 ひじきの炒め煮 ほうれん草とカニかまのマヨ和え お吸い物	十五穀米ご飯 鱈の南蛮漬け がんもとふきの炊き合わせ キャベツとちりめんの和え物・お吸い物	ご飯 ごぼうと竹輪の炒め煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁	ご飯 さつま芋の甘煮 いんげんの胡麻和え 味噌汁	ご飯(A) 白菜の煮物 冷奴 お吸い物・漬物(B)	ご飯 五目煮豆 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁
おやつ	りんごケーキ	小倉ワッフル	ミニフィナンシェ	黒糖饅頭	長崎カステラ	田舎饅頭
	24日	25日	26日	27日	28日	29日
選択食	豆ご飯和膳	A: 鮭の七味焼き B: 鶏肉のレモン焼き	A: 鯖の塩焼き B: 豚肉と玉子の炒め物	A: 秋刀魚の生姜煮 B: 牛焼肉	長寿ご飯の日	A: メルルーサのムニエルマトソース B: ポークカレー
通常献立	豆ご飯 鰹のたたき 菜の花の白和え・赤だし 切干大根の煮物・デザート	ご飯 ひじきの煮物 小松菜のナムル お吸い物	ご飯 南瓜の煮物 白菜の生姜和え 味噌汁	ご飯 昆布煮豆 大根の酢の物 味噌汁	ご飯 鱈の南部焼き 茄子の揚げ浸し アスパラの白和え・若竹汁	ご飯(A) ほうれん草とエリンギのソテー スパゲティーサラダ コンソメスープ(A)・デザート(B)
おやつ	柚子饅頭	マドレーヌ	きんつば	フルーツ	紅葉饅頭	レモンケーキ