

5月分献立表

	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
選択食			A: 鯖の味噌マヨ焼き B: 牛焼肉	A: 白身魚の更紗あんかけ B: チンゲン菜と豚肉のオイスター炒め	A: 鯖の塩焼き B: 鶏肉の治部煮	端午の節句膳
通常献立			ご飯 南瓜の煮物 白菜の柚子和え お吸い物	ご飯 蓮根の海苔金平 アスパラのマヨ和え お吸い物	ご飯 いんげんの胡麻炒め 茄子の生姜和え 味噌汁	中華おこわ かつおのたたき 胡瓜とクラゲの酢の物・玉子スープ デザート
おやつ			水羊羹抹茶	柏饅頭	チョコババロア	鯛焼きクリーム
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
選択食	A: ホキの照り焼き B: 牛皿	A: カレイのキノコあんかけ B: 豚肉の和風煮込み	長寿ご飯の日	A: 太刀魚の和風ムニエル B: ミートローフ	A: 鯖の味噌マヨ焼き B: 親子丼	A: ほっけの七味焼き B: 鶏肉の山椒煮
通常献立	ご飯 がんもの煮物 オクラと鶏肉のおかか和え 味噌汁	ご飯 ピーマンの炒め物 胡瓜の酢の物 お吸い物	ご飯 鯖の南蛮漬け <small>アスパラと海老の炒め物・さつまいものサラダ</small> 味噌汁 	ご飯 キャベツのカレー炒め ブロッコリーのピーナッツ和え コンソメスープ やわらかおかき	ご飯 (A) 南瓜のいところ煮 ほうれん草のわさび和え お吸い物・漬物 (B)	ご飯 焼き茄子 アスパラのお浸し 味噌汁
おやつ	ワッフルスティック	カルシウムせんべい	エクレア		チョコカステラ	豆乳饅頭
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
選択食	A: ブリ大根 B: 鶏肉の塩麴焼き	A: 白身魚のバター焼き B: 牛肉のオイスター炒め	A: 鯖の焼き浸し B: 揚げ肉団子の甘酢あん	A: 鯖のおろし煮 B: とんかつ	A: 赤魚の照り焼き B: 豚肉の生姜炒め煮	長寿ご飯の日
通常献立	ご飯 里芋の煮物 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 ジャーマンポテト ピクルス コンソメスープ 	ご飯 チンゲン菜の炒め物 冷奴 中華スープ	ご飯 ひじきの煮物 胡瓜とカニカマの酢の物 お吸い物	ご飯 ピーマンと竹輪の炒め物 長芋の短冊 味噌汁	十六穀米 鯖の塩焼き <small>豆腐と穴子のあんかけ・玉葱の梅和え</small> 味噌汁
おやつ	カカオケーキ	黄味あん饅頭	ミニ野菜カステラ	フルーツ	ぼんせん醤油味	レモンケーキ
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
選択食	A: 鯖の梅煮 B: 照り焼きハンバーグ	A: 太刀魚の幽庵焼き B: 焼きそばのとろとろ玉子のせ	薬膳ランチ	A: ほっけの塩焼き B: 牛肉のすき煮	A: かき揚げ B: 牛肉の野菜炒め	A: 鯖の菜種焼き B: チキンカレー
通常献立	ご飯 ゼンマイの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁	菜飯ご飯 (B半量) さつまいもの甘煮 しろ菜とちりめんの和え物 お吸い物	あさりピラフ 鯖の香草フライ <small>アスパラ入りスクランブルエッグ 薬膳ポテトサラダ・薬膳スープ</small>	ご飯 ピーマンと竹輪の炒め物 キャベツのレモン和え 味噌汁	ご飯 金時豆 胡瓜の梅肉和え お吸い物	ご飯 (A) 和風サラダ ヨーグルト お吸い物 (A半分)・お漬物 (B)
おやつ	ミニフィナンシェ	長崎カステラ	やわらかおかき	ミニマフィンいちご	カスタードケーキ	柚子饅頭
	27日	28日	29日	30日	31日	
選択食	A: 鯖の蒲焼 B: 豚大根	長寿ご飯の日	A: 赤魚の煮付け B: 鶏肉のソテー	A: ブリの照り焼き B: 豚肉の吉野煮	A: かに玉風 B: 蒸し鶏	
通常献立	ご飯 竹輪の金平 しろ菜の錦糸和え 味噌汁	ご飯 ホキの木の芽味噌焼き <small>フキと揚げの煮物・ひじきサラダ</small> かき玉汁	ご飯 里芋の煮物 オクラのおかか和え 味噌汁	ご飯 南瓜のいところ煮 和風サラダ お吸い物	ご飯 春巻き チンゲン菜のナムル 中華スープ	
おやつ	どら焼き	ミニバームクーヘン	黒糖棒	プチガトーケーキ	マドレーヌ	