

# 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	<b>端午の節句膳</b>
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	キングドーナツ	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	<b>長寿ご飯の日</b>	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	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	やわらかおかき	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	<b>長寿ご飯の日</b>
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	うさぎ饅頭	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	A: 魚の野菜あんかけ B: 豚肉の塩だれ炒め	A: ほっけの塩焼き B: 牛肉のすき煮	<b>薬膳ランチ</b>	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	ご飯 白菜のカニカマ煮 ブロッコリーの胡麻和え 中華スープ	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	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 (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	<b>おやつパーティー</b>	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	<b>長寿ご飯の日</b>	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	