

令和3年5月献立表

日	月	火	水	木	金	土
<p>・5月のお休みは、2日(祝)・3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・29日(土)・30日(日)です☆</p> <p>★メニューは変更になる可能性があります。 ★カロリーは目安となります。</p>						
5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日
				ポークカレー 野菜サラダ 漬物(福神漬け・ラッキョウ) 果物	桜エビとキャベツの塩焼きそば スープ(しめじ、ねぎ) 肉まん 杏仁豆腐	たけのご御飯 清汁(花鮓、三つ葉) 鮭の西京焼き 揚げだし豆腐野菜あんか フルーツゼリー 730kcal
5月9日	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日
	ご飯 味噌汁(油揚げ、たまねぎ) チキンピカタ かぼちゃの煮物 漬物(しば漬け) 610kcal	ご飯 白菜のスープ 焼き肉 拌三絲 果物 760kcal	中華丼 清汁(しめじ) 餃子 大根の梅和え 615kcal	ごはん 味噌汁(豆腐、ねぎ) 魚の揚げ煮 とろろいも 塩ダレキャベツ 590kcal	桜エビとキャベツの塩焼きそば スープ(しめじ、ねぎ) 肉まん 杏仁豆腐 680kcal	ごはん 味噌汁(油揚げ、もやし) 鮭の塩焼き 筈とがんもの煮物 ジョア 620kcal
5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日
	ごはん 味噌汁(だいこん) 肉団子の黒酢あん 浅利の卵とじ 昆布豆 675kcal	ごはん けんちん汁 鯖の香味焼き ナスのそぼろ煮 料理ツウのごまあえ 765kcal	ごはん 味噌汁(鮓、玉葱) 鶏肉の梅焼き キンピラゴボウ ココアプリン 710kcal	ごはん 味噌汁(わかめ、葱) 豚肉のソテーオニオンソース 冷やっこ 漬物(つぼ漬け) 620kcal	パン(バターロール) ジャム(いちご) スープ 煮込みハンバーグ&目玉焼き アスパラのサラダ 牛乳 630kcal	ごはん 味噌汁(小松菜、油揚げ) 鶏肉のレモン焼き 里芋の山椒味噌和え かわりの即席漬け 620kcal
5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日
	ごはん わかめ中華スープ 回鍋肉 春巻き きゅうりのザーサイ和え 630kcal	ごはん 清汁(なると、三つ葉) チキンの甘酢タルタルかけ ビーマンと人参の胡麻炒め 漬物(千切り沢庵) 655kcal	ごはん 味噌汁(大根、青菜) 青椒肉絲 油揚げの詰め煮 果物 630kcal	ごはん 味噌汁(じゃがいも、玉ねぎ) さわらの南蛮焼き ぜんまいメンマの煮物 煮豆(白いんげん) 615kcal	ごはん 清汁(なると、三つ葉) あじの南蛮漬け じゃがいもの煮付け 果物(フルーツカクテル) 620kcal	ハヤシライス コンソメスープ コールスローサラダ ジョア 740kcal
5月30日	5月31日					
	牛丼 味噌汁(油あげ、えのき) 酢の物(きゅうり、ワカメ) プリン 780kcal					