

5月 献立表

月	火	水	木	金
1	2			
エビカツ ブロッコリーのペッパー炒め 里芋のチリビーンズ 大根のさっぱりサラダ ごはん	トマトソースのチーズハンバーグ 南京のサラダ コロッケ ほうれん草のコーンソース ごはん			
8	9	10	11	12
豚肉の生姜焼き 野菜炒め ミートスパゲッティ 小松菜とツナのサラダ ごはん	ローズマリー香るロティチキン 白菜のオーロラサラダ クラムチャウダー ポパイサラダ ごはん	しぜんまーぼーどうふ 四川麻婆豆腐 春巻き 中華海鮮焼きそば風 かぼちやのサラダ ごはん	あかうお 赤魚のフリットバルサミソース ジャガイモのトマトアヒージョソース ボンゴレビアンコ ミックスビーンズと大根のピクルスサラダ ごはん	にくどうふ 肉豆腐 南京のごまサラダ 春雨と野菜のうまみ炒め 大根ときくらげの塩麴和え ごはん
15	16	17	18	19
とり 鶏のから揚げ 大根のさっぱりサラダ マカロニのカレー煮込み 小松菜のごま和え ごはん	ヤムニョムチーズチキン サツマイモのハニーミルク煮 チヂミ 青菜のナムル ごはん	サーモンのパセリパン粉焼き 春雨のピリ辛和え 厚揚げのカレー煮 彩りマッシュポテト ごはん	ぎゅう 牛ごぼうのしぐれ煮 れんこんのカレー煮 マカロニサラダ 小松菜のごま和え ごはん	しろみさかな 白身魚の芳酢ビネガーソース 帆立貝柱のえびトマトクリーム煮 トリュフ薫るマヨサラダ 枝豆マッシュポテト ごはん
22	23	24	25	26
しろみさかな 白身魚の葱ソース ひじきの煮物 野菜コロッケ 青菜のガーリック風味 ごはん	ハンバーグデミグラスソース サツマイモのレモン煮 野菜のクリーム煮 ポパイソテー ごはん	タラフライのタルタルソース レンコンとベーコンのマスタード炒め ミートボールのカレー煮込み 白菜の和え物 ごはん	ぶたにく 豚肉のマヨソース たけのこ 筍とこんにやくの炒め煮 イタリアンスパゲッティ 小松菜とかにかまの煮びたし ごはん	なんばんみやぎきふう チキン南蛮宮崎風 大根のあんがらめ たらこスパゲッティ ひじきの煮物 ごはん
29	30	31		
カレー マカロニサラダ 野菜コロッケ 大根のゆず風味和え ごはん	サバのチリソース お麩と青菜の中華あん マカロニのチーズトッポギ風 白菜の中華和え ごはん	てん とり天おろしポン酢 春雨の塩煮 はんぺんのトマトチーズ焼き 小松菜のバターコーン炒め ごはん		