

5月 献立表 (常食)

月	火	水	木	金
3	4	5	6 ごはん ご飯 コンソメスープ ミートコロツケ 奈の花のピーナツあえ 厚揚げ煮	7 エビピラフ(卵) コンソメスープ ポテトサラダ
10 ごはん ご飯 すまし汁 魚の西京焼き(さごし) お浸し えんどうのソテー	11 ごはん ご飯 コンソメスープ エビフライ 豆腐サラダ ひじき炒り煮	12 おにぎり 味噌ラーメン 春巻き	13 ごはん ご飯 味噌汁(卵) 魚の生姜煮(さば) もやしの酢の物 きんぴらごぼう	14 チキンカレーライス コンソメスープ 野菜サラダ
17 ごはん ご飯 味噌汁 ハンバーグ 和風サラダ 切り干し大根の煮付け	18 ロールパン クラムチャウダー チキンソテー ごま和え かぼちゃのコンソメ煮	19 おにぎり 肉うどん(卵) れんこんのきんぴら	20 ごはん ご飯 味噌汁 魚の塩焼き(さごし) 酢の物 大根のそぼろ煮	21 豆ごはん 味噌汁 鶏のさっぱり煮(卵) キャベツのソテー トマトのサラダ
24 ごはん ご飯 すまし汁 ホイコーロー 大豆サラダ 根菜煮	25 ごはん ご飯 コンソメスープ 魚のフライ スパゲティサラダ 白菜と肉団子の煮込み	26 おにぎり 塩ラーメン(卵) ブロッコリーのごま和え	27 ごはん ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き 大根サラダ 大豆と昆布の煮物	28 ハヤシライス コンソメスープ シーチキンサラダ
31 ごはん ご飯 味噌汁 豚キムチ シーフードサラダ 根菜の炒め煮(たけのこ)				