



# 5月の献立表



日付	昼食	日付	昼食
1日 (金)	ご飯 タンドリーチキン ブロッコリーのマヨサラダ マカロニ入りコンソメスープ オレンジゼリー	20日 (水)	ご飯 厚揚げとキャベツの回鍋肉風 のりしお粉ふき芋 ワカメスープ パインゼリー
7日 (木)	ご飯 ポークチャップ かぼちゃのサラダ コンソメスープ いちごゼリー	21日 (木)	ご飯 肉団子の甘酢炒め 長芋の青のり和え 豆腐とえのきのスープ ヨーグルト
8日 (金)	ご飯 白身魚のマヨコーン焼き れんこんサラダ 肉団子スープ フルーツヨーグルト	22日 (金)	ご飯 鮭チーズフライ(オーロラソース) ほうれん草の洋風おひたし オニオンコンソメスープ 果物
11日 (月)	ご飯 お好み焼き風卵焼き ブロッコリーの塩昆布和え 五目すまし汁 りんごゼリー	25日 (月)	ツナカレー ワカメいろどりサラダ フルーツヨーグルト
12日 (火)	ビビンバ丼 海藻サラダ 中華風スープ ヨーグルトゼリー	26日 (火)	ご飯 チキンのパン粉焼き マリネ風サラダ コンソメスープ 果物
13日 (水)	五目うどん えびしゅうまい 豆苗ともやしのゆかり和え 果物	27日 (水)	ご飯 肉じゃが煮 ししゃも焼き 桜エビともやしのポン酢和え ぶどうゼリー
14日 (木)	ご飯 赤魚の煮つけ 五目塩きんぴら 玉ねぎと厚揚げの味噌汁 オレンジゼリー	28日 (木)	ご飯 豆腐ハンバーグ 和風チーズサラダ 切り干し大根のみそ汁 ももゼリー
15日 (金)	三色丼 ひじきのサラダ お麩のすまし汁 果物	29日 (金)	ご飯 焼肉風豚肉炒め ブロッコリーのごま和え 春雨スープ 果物
18日 (月)	ご飯 肉豆腐 ほうれん草のなめ茸和え えび団子のすまし汁 果物		
19日 (火)	ご飯 鮭の塩焼き おからのカレーポテサラ風 筍とキャベツの豚汁 果物		

