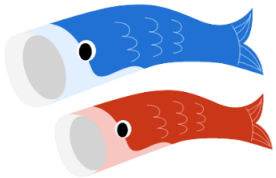
５月の献立

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
魚のフワフワ揚げ わかめの酢の物 じゃが芋のピリ辛煮 ご飯　味噌汁 （フレンチトースト）	豚の生姜焼き キャベツ炒め しらすの玉子とじ ご飯　味噌汁 （抹茶パンケーキ）	鶏のソース煮 胡麻和え 茄子炒め ご飯　味噌汁 （ジャムヨーグルト）	豆腐ハンバーグ 五目豆 磯和え ご飯　味噌汁 （水羊羹）	五目寿司 鶏の生姜味噌焼き さつま芋と青菜の旨煮 すまし汁 （わらび餅）	海老の中華炒め ナムル 煮豆 ご飯　味噌汁 （バナナクリーム）	タンドリーチキン 胡麻酢和え スパゲティサラダ ご飯　コーンスープ （ヨーグルトセリー）
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
肉じゃが ぬた ひじきの炒り煮 筍ご飯　味噌汁 （抹茶ゼリー）	魚のピカタ 茄子の辛子和え 切干大根の煮物 ご飯　味噌汁 （キャラメルバナナ）	トマトシチュー ポテトサラダ 昆布豆 ご飯　浅漬け （ホットケーキ）	海老と豆腐のチリソース ピーマンのおかか和え いとこ煮 ご飯　味噌汁 （抹茶葛餅）	薄切り肉の酢豚 野菜のコンソメ煮 トマトと玉ねぎのサラダ ご飯　味噌汁 （フレンチトースト）	厚焼き玉子 竹輪と芋の旨煮 なめ茸和え ご飯　味噌汁 （ピーナッツサンド）	魚の梅肉ソース 和風サラダ 青菜炒め ご飯　すまし汁 （フルーツヨーグルト）
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
豆腐とかにのフワフワ煮 タラモサラダ 菜種和え ご飯　味噌汁 （チーズトースト）	鶏の酢煮 ピリ辛和え サラダ ご飯　スープ （ミルクゼリー）	魚の胡麻味噌焼き 春雨サラダ トマトの甘酢 ご飯　スープ （どら焼き）	もち米団子 じゃが芋の千切り 大根サラダ ご飯　味噌汁 （抹茶葛餅）	鮭チャンチャン焼き 切干大根の酢煮 茄子の柚子胡椒和え ご飯　スープ （小倉白玉）	豚肉と大根の胡麻煮 はんぺんと青菜炒め 即席漬け 筍ご飯　味噌汁 （チョコバナナ）	鶏肉のトマト煮 ピーマンのおかか和え さつま芋レモン煮 ご飯　味噌汁 （ココアゼリー）
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
すき焼き風煮 酢の物 野菜炒め ご飯　味噌汁 （リンゴの重ね煮）	チキンビーンズ 味噌和え 豆腐チャンプルー ご飯　スープ （バナナクリーム）	五目焼きそば ツナ和え 南瓜の旨煮 ご飯　味噌汁 （ジャムヨーグルト）	魚のカレー焼き 酢味噌和え わかめサラダ ご飯　味噌汁 （きなこ白玉）	チンジャオロースー 切干大根の煮物 お浸し ご飯　味噌汁 （バナナヨーグルト）	回鍋肉 わさび和え 煮浸し ご飯　味噌汁 （ホットケーキ）	鶏肉のはちみつ煮 茄子の辛子和え マカロニソテー ご飯　スープ （ババロア）
29日	30日	31日				
カレー サラダ ひじきの炒り煮 福神漬け　スープ （ジャムヨーグルト）	麻婆豆腐 わかめ和え きのこ炒め ご飯　スープ （バウムケーキ）	中華風炊き込みご飯 ナムル 五目炒り玉子 ご飯　スープ （きなこ白玉）				