

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
5月 7日 日曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 ふりかけ	パン スープ れんこん煮 デザート	焼きそば ながいも 長芋ともずくのお浸し かき玉汁	さばのカレーマヨ焼き ひじき豆 きゅうりのわさび醤油和え
5月 8日 月曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 たいみそ	パン スープ いんげん煮 デザート	カラスカレイのムニエル オーロソースがけ 豆腐とチンゲン菜のとりみ煮 なすの生姜じょうゆ和え	回鍋肉 やわらか鶏しんじょの炊き合わせ きゅうりの梅肉和え
5月 9日 火曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 ふりかけ	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	❀特別献立❀ 豆ご飯 さわらの西京焼き 大根おろし添え なすの肉そぼろあんかけ 春キャベツと新玉サラダ 赤出し よもぎまんじゅう	ささみのピカタ (ら)鶏もものピカタ 里芋と大根ののっぺい煮 ほうれん草のごま和え
5月 10日 水曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 のり佃	パン スープ たまご豆腐 デザート	あかうおてや 赤魚の照り焼き ブロッコリーと半平のサラダ 大豆と新玉ねぎのカレー炒め	親子とじ 冷や奴 小松菜の中華煮
5月 11日 木曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 ゆずみそ	パン スープ 里芋煮 デザート	ぶたにくこうみ 豚肉のすき煮風 オムレツ きゅうりの酢のもの	さけみそや 鮭の味噌バター焼き はるさめとうふ 春雨と豆腐のスープ煮 (ら)野菜と豆腐のスープ煮 ほうれん草のおろし和え
5月 12日 金曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 卵風味ソース	パン スープ 切干煮 デザート	とりにくこうみ 鶏肉の香味ソースがけ とうふ 豆腐とツナの洋風炒め なすの小町和え	さばの梅煮 さつま芋と糸昆布の煮物 キャベツのコールスローサラダ
5月 13日 土曜日	ご飯 味噌汁 ひじき豆 たいみそ	パン スープ ひじき豆 デザート	カラスカレイのたまご 玉子あんかけ ながいも 長芋のきんぴら スパゲティサラダ (ら)マカロニサラダ	ぎゅうにくしちみや 牛肉の七味焼き (ら)豚肉の七味焼き なめこ豆腐 (ら)なめたけ豆腐 パンプキンスープ



土曜おやつ

やわらかおかき