

5月献立表

デイサービスセンター 絆

月	火	水	木	金	土
31					1
キタノメヌケのネギ醤油かけ					カツオの塩こうじ焼き
里芋の煮物					さつまいもの甘露煮
チンゲン菜のサラダ					ひじきと枝豆の煮物
デザート					デザート
みそ汁					みそ汁
3	4	5	6	7	8
豚肉のプルコギ風	和風あんかけハンバーグ	カレーの照り焼き	ホキの漬け焼き	サーモンフライ	鯖のタンドリー風
ミートコロッケ	白菜と小松菜のからし和え	ぜんまいとキャベツのナムル風	切り干し大根煮	卵の花	車麩の含め煮
ひじきの煮物	山菜と大根葉の煮物	ひじきと大豆煮	カリフラワーのわさびドレッシング	冬瓜の煮物	海藻とえんどうの梅サラダ
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	みそ汁	みそ汁	スープ	みそ汁
10	11	12	13	14	15
キタノメヌケの煮付け	チキンソテーカクテルソース	てりやき豆腐ハンバーグ	豚肉とナスの味噌炒め	鮭の塩焼き	あじの西京味噌焼き
ブロッコリーの小海老炒め	ふきの煮物	マカロニケチャップ	ふきの煮物	豆腐のなめこあん	めかぶ
トマトのマヨサラダ	かぼちゃの胡麻和え	きゅうりのマヨ和え	ほうれん草のドレッシング和え	小松菜とコーンの和え物	きんぴらごぼう
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	みそ汁	すまし汁	みそ汁	みそ汁
17	18	19	20	21	22
ブリの和風ソテー	豚肉巻きフライ&カレーコロッケ	シルバーの味噌焼き	助宗ダラの和風焼き	サワラのムニエル	豚肉の中華野菜炒め
冬瓜のがんも煮	野菜炒め	小松菜の煮物	高野豆腐煮	豆乳がんもの含め煮	マグロハンバーグの照り焼き
春雨サラダ	トマトと枝豆の中華風サラダ	人参のマリネ風	チンゲン菜のピーナッツ和え	きゅうりのツナ和え	さつま揚げと野菜煮
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
かきたま汁	オニオンスープ	すまし汁	みそ汁	かきたま汁	みそ汁
24	25	26	27	28	29
ヘルシー豆カレー	白糸ダラの和風ムニエル	豚肉の生姜焼き	ハンバーグのオニオンソースかけ	ハガツオの煮付け	チンジャオロース
カリフラワーのソテー	卵の花	じゃが芋のバター風味	大根の煮物	茄子の炒め煮	じゃが芋の洋風炒め
かぼちゃサラダ	オクラのサラダ	チンゲン菜のマヨ和え	たぬき奴	冷やしトマト	つくねの照り焼き
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート
みそ汁	みそ汁	みそ汁	春雨スープ	みそ汁	みそ汁