

日	月	火	水	木	金	土
5月30日	5月31日					1
	豚肉のさっぱり梅おろし焼き 筍土佐煮 青梗菜の和え物 ごはん 味噌汁					赤飯 ホキの西京焼き 筍とわらびの昆布煮 酢の物 すまし汁
2	3	4	5	6	7	8
	天ぷら 小松菜としらすの山椒和え 漬物 ごはん 味噌汁	焼きそば 蓮根はさみ揚げ ごはん 中華スープ フルーツ		鯖の味噌煮 ごぼう煮合い 青梗菜の辛子和え ごはん かき玉汁	しらすの散らし寿司 ふわふわ豆腐の煮物 味噌汁 水ようかん	鮭の菜種焼き 南瓜のそぼろあんかけ わけぎの酢味噌和え ごはん すまし汁
9	10	11	12	13	14	15
	キーマカレー風 ビーフンサラダ 福神漬け フルーツ	鯖のしそ香味焼き きのこの金平 茄子のごまだれ和え ごはん 味噌汁		牛ごぼうの混ぜごはん とろろそば 白菜ゆかり和え 漬物	豆乳ロールキャベツ はんぺんのチーズ揚げ ブロッコリーと卵のサラダ ごはん フルーツ	鶏天丼 うまい菜の煮浸し 味噌汁 黒糖くず餅
16	17	18	19	20	21	22
	カレイの磯辺フライ ひじき煮 ほうれん草の白和え ごはん 味噌汁	サラダ巻き いなり寿司 長芋のゆかり和え すまし汁 抹茶水ようかん		鶏のパン粉焼き 金平ごぼう 温野菜のオーロラソースかけ ごはん コンソメスープ	天ぷら 春菊としめじの浸し 佃煮 ごはん 味噌汁	八宝菜 甘酢肉団子 ブロッコリーの辛子和え ごはん ワカメスープ
23	24	25	26	27	28	29
	梅ちりごはん ハイカラうどん ほうれん草としめじの浸し ほうじ茶プリン	鶏肉の南蛮漬け 南瓜の煮物 菜の花の辛子和え ごはん 味噌汁		おろっぽんハンバーグ ほうれん草と平天の煮物 ポテトサラダ ごはん 味噌汁	鶏の治部煮 卵焼き オクラおかか和え ごはん 味噌汁	秋刀魚の竜田揚げ 湯葉入り青梗菜炒め煮 そばと長芋のサラダ ごはん 味噌汁

※ メニューは変更になる場合があります。