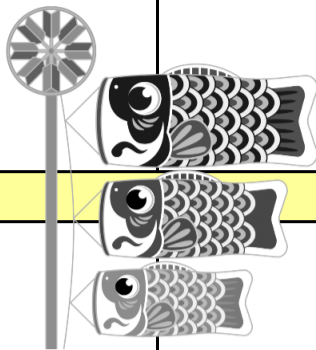


日	月	火	水	木	金	土
5月31日					1	2
昼						
カレイの煮付け きんぴらごぼう 白菜の和え物 ごはん 味噌汁					赤飯 鱈の照り焼き 炊き合わせ 卵豆腐 すまし汁	天ぷら 菜の花の辛子和え 佃煮 ごはん 味噌汁
夕						
ミンチカツ 高野豆腐の卵とじ 八彩しそ酢和え ごはん 味噌汁					豆腐ハンバーグ ぜんまいの煮物 白菜の胡麻和え ごはん 味噌汁	鶏の山賊焼き 厚揚げの煮物 オクラとめかぶの和え物 ごはん 味噌汁
3	4	5	6	7	8	9
昼						
秋刀魚の塩焼き 竹の子かつお煮 キャベツの和え物 ごはん 味噌汁	焼きそば 錦糸シューマイ 漬物 ごはん 中華スープ	チキンライス 海老フライ 春雨の酢の物 コンソメスープ ミニたい焼き	豚肉の生姜炒め さつま芋の甘露煮 酢の物 ごはん 味噌汁	あさりごはん たぬきそば 鶏しんじょうの煮物 水ようかん	山菜散らし寿司 ふわふわ豆腐の煮物 すまし汁 フルーツ	鯖の味噌煮 南瓜のそぼろあん 春菊としめじの浸し ごはん すまし汁
夕						
牛肉のオイスター炒め グリーンピースの卵とじ 酢の物 ごはん 味噌汁	海鮮巻き いなり寿司 白身魚の天ぷら 炊き合わせ 赤だし	赤魚の煮付け 青梗菜炒め煮 甘酢和え ごはん 味噌汁	かに玉あんかけ れんこんきんぴら ほうれん草のナムル ごはん ワカメスープ	鮭のムニエル 切り干し大根煮 ポテトサラダ ごはん 味噌汁	チキンソテーハニーソース 白菜の煮浸し ゆず大根 ごはん 味噌汁	豚肉のプルコギ風 春巻き 胡瓜の浅漬け ごはん 味噌汁
10	11	12	13	14	15	16
昼						
鯛しそフライ ひじき煮 酢の物 ごはん 味噌汁	ホキの幽庵焼き 白菜と平天の煮物 茄子のそぼろ和え ごはん 味噌汁	鶏の梅照り焼き こんにゃくと蓮根のきんぴら 里芋サラダ ごはん 味噌汁	カレイの唐揚げ 卵の花煮 卵と枝豆のサラダ ごはん 中華スープ	おでん ほうれん草なめ茸和え 白花豆 ごはん 味噌汁	ちまき 塩ラーメン もやしのナムル フルーツ	鶏天丼 大根の香味野菜和え のっぺい汁 オレンジゼリー
夕						
牛肉のしぐれ煮 きのこのきんぴら 小松菜とシラスの山椒和え ごはん 味噌汁	麻婆豆腐 柱フライ 蒸し鶏の中華和え ごはん 卵スープ	ロールキャベツ ピーマンとウインナーの炒め物 南瓜サラダ ごはん 漬物	豚肉と白菜の煮物 真だら子旨煮 酢の物 ごはん 味噌汁	タラのソテーバジルソース 揚げ茄子の味噌炒め オクラおかか和え ごはん かき玉汁	秋刀魚の煮付け 野菜豆ごった煮 白菜の昆布和え ごはん 味噌汁	炒り豆腐 にしん甘露煮 ほうれん草の胡麻和え ごはん 味噌汁
17	18	19	20	21	22	23
昼						
鮭の生姜醤油焼き 高野豆腐の煮物 ごぼうそぼろ和え ごはん 味噌汁	カツカレー 海藻サラダ 福神漬け フルーツ	天ぷら 緑野菜の湯葉和え 漬物 ごはん 赤だし	すき焼き煮 もずく酢 ごはん 味噌汁 フルーツ	木の葉丼 鱈フリッター ごぼうサラダ 味噌汁	鶏の治部煮 揚げ茄子の甘辛煮 酢の物 ごはん 味噌汁	赤魚の西京焼き 筍とわらびの昆布煮 そばと長芋のサラダ ごはん すまし汁
夕						
牛皿煮 ピーマンのじゃこ炒め オクラ胡麻和え ごはん 味噌汁	鶏のさっぱり煮 青梗菜と卵のソテー カニ風味サラダ ごはん 味噌汁	豚肉と里芋のピリ辛煮 ホッケ塩焼き 金時豆 ごはん 味噌汁	ホキの照り焼き 小松菜と平天の煮物 いんげんのそぼろ和え ごはん 味噌汁	ホイコーロー 海老シューマイ 胡瓜の梅肉和え ごはん 中華スープ	鯖の煮付け 焼き豆腐の柚子味噌かけ 春雨サラダ ごはん すまし汁	野菜ゴロゴロコロッケ 小えびの卵とじ ブロッコリーのおかか和え ごはん 味噌汁
24	25	26	27	28	29	30
昼						
鱈のおろし煮 白菜の煮物 いんげんの胡麻和え ごはん 味噌汁	鮭のチャンチャン焼き 高野サンドの煮物 彩りおさつ ごはん すまし汁	サラダ巻き いなり寿司 里芋の煮物 すまし汁 フルーツ	エビチリ 豆腐のきのこあんかけ ブロッコリーの胡麻ポン酢和え ごはん 中華スープ	鯖の塩焼き 湯葉と青梗菜炒め煮 酢の物 ごはん 味噌汁	梅ちりごはん ハイカラうどん ほうれん草とえのきの和え物 抹茶水ようかん	肉じゃが シルバーサラダ 漬物 ごはん 味噌汁
夕						
ポークソテーオニオンソース がんもどきの煮物 ほうれん草の辛子和え ごはん 味噌汁	鶏の唐揚げ ごぼう煮合い 甘酢和え ごはん 味噌汁	太刀魚の梅煮 小松菜と竹輪の煮物 胡麻豆腐 ごはん 味噌汁	牛肉のおろしポン酢 南瓜の煮合わせ ねばねば和え ごはん 味噌汁	八宝菜 大学芋 もやしのゆかり和え ごはん ワカメスープ	鶏の胡麻味噌焼き ピーマン肉詰めフライ 甘酢和え ごはん すまし汁	鱈の柚子焼き 青梗菜のソテー 冷奴 ごはん 味噌汁

※ メニューは変更になる場合があります。