

平成 30 年 5 月分

予 定 献 立 表



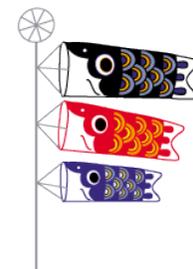
1 日 (火)	2 日 (水)
ご飯 みそ汁 魚豆腐揚げと野菜の煮物 ほうれん草のサラダ オクラのとろろかけ 生菓子(こいのぼり) 655kcal	ご飯 みそ汁 ハンペンフライ レタスサラダ ゼリー 636kcal

☆ 今月のお楽しみメニューは、マドレーヌとムースです
 どちらかを当日選びます、お楽しみに！



* 予定献立の為、メニューの一部を変更する事が有ります、
 ご了承下さい。

7 日 (月)	8 日 (火)	9 日 (水)	10 日 (木)	11 日 (金)
さんまの蒲焼丼 すまし汁 胡瓜とワカメの酢の物 つけ物 たくあん ヤクルト 738kcal	お楽しみメニュー マドレーヌ or ムース ご飯 みそ汁 ふくさ焼き 豚肉と大根の煮物 ほうれん草浸し 706kcal	きつねうどん 竹輪の磯部揚げ じゃが芋と玉ねぎの甘煮 パイ饅頭 667kcal	ご飯 中華風かき玉スープ 酢豚 春雨サラダ 飲むヨーグルト 718kcal	パン 野菜スープ スコッチエッグ レンコンとごぼうのサラダ ババロア 646kcal
14 日 (月)	15 日 (火)	16 日 (水)	17 日 (木)	18 日 (金)
ビビンバ カニとレタスのスープ 南瓜といんげんの煮物 水菜と胡瓜のサラダ バナナ 690kcal	ご飯 みそ汁 ブリの塩焼き 厚揚げと小松菜含め煮 海苔の佃煮 お茶プリン 706kcal	キーマカレー 野菜スープ カラフル野菜マリネ ヨーグルト 699kcal	若布ご飯 すまし汁 鯖の竜田揚げ 豆腐とほうれん草くず煮 煮豆 ところてん 664kcal	ご飯 チンゲン菜のスープ 野菜たっぷりマーボ豆腐 チャーシューの中華和え 大学芋 704kcal
21 日 (月)	22 日 (火)	23 日 (水)	24 日 (木)	25 日 (金)
リクエストメニュー(そら2) ご飯 豆乳みそ汁 豚肉のソテーマトソース スパゲティーサラダ ゼリー 727kcal	広東麺 (かんとん麺) 豆腐シュウマイ 若布と胡瓜の酢の物 蒸しパンケーキ 678kcal	ご飯 みそ汁 高野豆腐入り親子煮 里芋胡麻サラダ ほうれん草のお浸し パイナップル 694kcal	ご飯 もずくのスープ 揚げ焼売もやしあんかけ 中華風冷奴 杏仁豆腐 628kcal	パン ミネストローネスープ 鮭のきのこクリームソース フレッシュサラダ コーヒーゼリー 669kcal
28 日 (月)	29 日 (火)	30 日 (水)	31 日 (木)	
三色丼 澄まし汁 豆腐野菜あん つけ物 今川焼 711kcal	ご飯 中華風春雨スープ かに玉 もやしと人参のナムル 豆乳 669kcal	海老ドリア 野菜スープ ロールキャベツ ブロッコリーヨーグルトサラダ ジュース 696kcal	きのこご飯 澄まし汁 鱈の山椒焼き じゃが芋そぼろ煮 いんげんの生姜醤油和え タルト 679kcal	



5月は1年でいちばん緑の美しい頃、それは食べ物の色にも言える事で、
 新茶の緑はもちろん、野山の山菜、えんどうやそら豆、グリーンアスパラ、新キャベツ等、バリエーションは多彩でみずみずしく大いに食欲をそそられます。
 ビタミンやミネラル類などの栄養も豊富な初夏の緑の恵みを見て、食べて、自然の恩恵を堪能しましょう。

