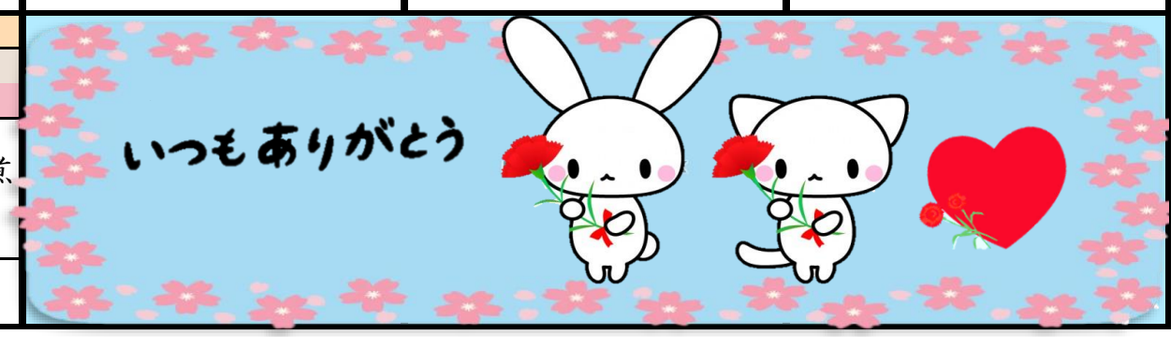
5月分献立表

	月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日	6日
選択食	A: 太刀魚の幽庵焼き B: 豚肉の和風煮込み	A: 鯵の甘辛煮 B: 鶏肉の唐揚げ	A: 鯖の塩焼き B: 筑前煮	A: 鱈の味噌マヨ焼き B: 肉豆腐	端午の節句膳	A: 鰆の梅煮 B: 回鍋肉
通常献立	ご飯 ピーマンの炒め物 胡瓜の酢の物 お吸い物	ご飯 チンゲン菜の炒め物 白菜の柚子和え 味噌汁	ご飯 オクラの梅肉和え 冬瓜の煮物 お吸い物	ご飯 南瓜のいとこ煮 ほうれん草のわさび和え お吸い物	チキンライス フライの盛合せ 和風サラダ ポタージュスープ・杏仁豆腐	ご飯 ぜんまいの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁
おやつ	あんずケーキ	黒糖棒	プチガトーケーキ	水羊羹抹茶	紅葉饅頭	キングドーナツ
	8日	9日	10日	11日	12日	13日
選択食	長寿ご飯の日	A: ホキのバター焼き B: 鶏肉の山椒煮	A: 鯖の塩焼き B: 鶏肉と野菜のトマト煮	A: 海老の玉子とじ B: 豚肉の生姜炒め煮	A: カレイの煮付け B: 牛肉のオイスター炒め	かつおのたたき定食
通常献立	ご飯 海老チリ 豆腐のあんかけ・ピクルス コンソメスープ	ご飯 チンゲン菜の炒め物 冷奴 中華スープ	ご飯 南瓜の煮物 胡瓜のもずく酢 お吸い物	ご飯 ピーマンと竹輪の炒め物 長芋の短冊 味噌汁	ご飯 蓮根の金平 胡瓜の酢の物 味噌汁	のどぐろ山椒ご飯 かつおのたたき 菜の花の白和え・切り干し大根の煮物 赤だし・デザート
おやつ	酒饅頭	ワッフルスティック	薄皮利休	フルーツ	おかしなバナナ	チョコカステラ
	15日	16日	17日	18日	19日	20日
選択食	A: 太刀魚の梅煮 B: オムそば	A: 魚の野菜あんかけ B: 照り焼きハンバーグ	A: 鯵の塩麹焼き B: 牛肉のすき煮	長寿ご飯の日	A: 鯖の生姜煮 B: チキンカレー	A: 鱈の香味蒸し B: 豚大根
通常献立	菜飯（B半量） さつまいもの甘煮 しろ菜とちりめんの和え物 かき玉スープ	ご飯 白菜のカニカマ煮 ブロッコリーの胡麻和え 中華スープ	ご飯 ピーマンと竹輪の炒め物 キャベツのレモン和え 味噌汁	十八穀米ご飯 玉葱と三つ葉のかき揚げ 金時豆・胡瓜の梅肉和え お吸い物	ご飯（A） 和風サラダ 蓮根の煮物（A）・お吸い物（A） お漬物（B）・ヨーグルト（B）	ご飯 竹輪の金平 しろ菜の錦糸和え 味噌汁
おやつ	ココアロール	ミニアメリカンドッグ	黄味あん饅頭	ミニ野菜カステラ	厚切りカットバウム	水羊羹小豆
	22日	23日	24日	25日	26日	27日
選択食	A: ホキの柚子香煮 B: ポークチャップ	A: 鮭のちゃんちゃん焼き B: 鶏肉のソテー	A: ブリの照り焼き B: 肉団子のトマト煮込み	A: 赤魚の山椒煮 B: かに玉風	A: ほっけの塩焼き B: 肉じゃが	A: 白身魚の唐揚げ B: 豚肉のしゃぶしゃぶ風
通常献立	ご飯 ピーマンとじゃこの炒め物 ごぼうサラダ お吸い物	ご飯 里芋の煮物 オクラのおかか和え 味噌汁	ご飯 南瓜のいとこ煮 和風サラダ お吸い物	ご飯 春巻き チンゲン菜のナムル 中華スープ	ご飯 ぜんまいの煮付け キャベツの醤油マヨ和え 味噌汁	ご飯 厚揚げの甘辛煮 茄子の生姜和え お吸い物
おやつ	小倉ワッフル	ミニフィナンシェ	長崎カステラ	田舎饅頭	ミニマフィンいちご	カスタードケーキ
	29日	30日	31日			
選択食	A: 鯖のねぎ味噌焼き B: チキンのマスタードパン粉焼き	A: 魚の竜田揚げ B: ポークジンジャー	A: メバルの煮付け B: 牛肉のプルコギ風			
通常献立	ご飯 竹輪の金平 玉子豆腐 味噌汁	ご飯 卯の花 しろ菜の磯和え お吸い物	ご飯 チンゲン菜のクリーム煮 冷奴 わかめスープ			
おやつ	マドレーヌ	どら焼き	レモンケーキ			



青山デイサービス伊賀