

週間献立表

		5月19日 月曜日	5月20日 火曜日	5月21日 水曜日	5月22日 木曜日	5月23日 金曜日	5月24日 土曜日	5月25日 日曜日
朝食	和食	ご飯 ドレッシング和え ピーマンの旨塩炒め 味噌汁 パン	ご飯 カリフラワーサラダ しろ菜の中華風煮浸し 味噌汁 パン	ご飯 きのこの和え物 豆腐の甘辛炒め 味噌汁 パン	ご飯 大根の炒め物 青菜の和え物 味噌汁 牛乳パン	ご飯 小松菜の和え物 玉ねぎとカニの和風炒め 味噌汁 パン	ご飯 オムレツ オクラの和え物 味噌汁 パン	ご飯 ちくわの炒め物 スパゲティサラダ 味噌汁 パン
	洋食	ドレッシング和え 果物 飲料 ご飯	カリフラワーサラダ 果物 飲料 ご飯	きのこの和え物 果物 飲料 ご飯	大根の炒め物 果物 飲料 ご飯	小松菜の和え物 果物 飲料 ご飯	オムレツ 果物 飲料 ご飯	ちくわの炒め物 果物 飲料 ご飯
昼食	A	豚肉のオイスターソース炒め	塩梅カレーの目	赤魚のムニエル	旬:カブ	ごちそうシチュー 牛しゃぶ	めばるの煮つけ	鶏の味噌焼き
	B		 塩梅カレー		 カブと肉団子の トマト煮	 アジの塩焼き	 牛丼	 赤魚の煮付け
		冬瓜の煮物 春菊の和え物 すまし汁	かぶの甘酢和え 果物	茄子のトマト煮 もやしのサラダ コンソメスープ	じゃが芋ソテー しろ菜ドレ和え スープ	なす味噌炒め だし巻き卵 白和え 果物 和風スープ 味噌汁	切干大根炒め もやしのナムル すまし汁	インゲンのソテー 白菜の和え物 すまし汁
		* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。						
夕食		ご飯(酢飯) 玉子巻き寿司(サラダ巻き) れんこんの金平 わかめの酢の物 味噌汁	ご飯 肉吸い じゃが芋の山椒煮 小松菜の和え物	ご飯 五目卵焼き ビーフソテー オクラの和え物 味噌汁	ご飯 鮭のピリ辛焼き 牛蒡炒め わかめの酢の物 味噌汁	ご飯 厚揚げの中華炒め ひじき炒め しろ菜のドレッシング和え すまし汁	ご飯 れんこんと牛肉の炒め物 さつまいも甘煮 ほうれん草ごま和え 味噌汁	ご飯 マーボー豆腐 小松菜の甘辛炒め 冬瓜の甘酢和え 中華スープ

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようお願い致します。



■ カブ ■

カブの旬は、春(3~5月)と秋(10~12月)の年2回あります。
春と秋で味わいが違うと言われています。