

5月献立予定表

	🌞 (日)	🌞 (月)	🌞 (火)	🌞 (水)	5月1日 (木)	5月2日 (金)	5月3日 (土)
昼					ご飯・味噌汁 からあげ いんげんのツナ和え ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 さばの塩焼き たけのこの煮物 辛し醤油和え	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬焼き 小松菜の煮びたし 春雨サラダ
タ					ご飯・味噌汁 白身魚の煮付け 切干大根煮 おひたし	ご飯・スープ 鶏のみぞれ焼 キャベツとかにかまのサラダ ブロッコリーのおかか和え	ご飯・味噌汁 ハンバーグ コンソメ煮 りんご缶

	5月4日 (日)	5月5日 (月)	5月6日 (火)	5月7日 (水)	5月8日 (木)	5月9日 (金)	5月10日 (土)
昼	ご飯・すまし汁 豚肉と青梗菜の卵炒め いなりの煮物 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 鶏モモの葱塩焼き きんぴらごぼう さつまいもサラダ	ご飯・味噌汁 魚の漬け焼き ごま和え イチゴミルク寒天	ご飯・味噌汁 肉豆腐 ほうれん草のツナ和え なます	ご飯・味噌汁 白身フライ 三角いなりの煮物 マヨ和え	ご飯・すまし汁 さばの利休焼き 筑前煮 牛乳寒天	ご飯・味噌汁 八宝菜 えびしゅうまい 果物
タ	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き 小松菜のエビ炒め かぼちゃサラダ	ご飯・スープ カレーコロッケ ふきの煮物 焼ナス	ご飯・味噌汁 肉じゃが ほうれん草の辛し和え バンサンシー	ご飯・味噌汁 ハムカツ けんちん炒め 酢味噌和え	ご飯・味噌汁 煮魚(アジ) 青昆布煮 炒り卵と菜の花の和え物	ご飯・味噌汁 マーボーなす いんげんの胡麻和え さつまいも煮	ご飯・すまし汁 赤魚の塩焼き 卵炒め 胡麻和え

	5月11日 (日)	5月12日 (月)	5月13日 (火)	5月14日 (水)	5月15日 (木)	5月16日 (金)	5月17日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 春巻き チンジャオロースー いんげんとじゃが芋のサラダ	ご飯・味噌汁 マーボー豆腐 マカロニサラダ ブロッコリーのかにかま和え	ご飯・味噌汁 野菜コロッケ リャンパンサンスー 果物	山菜そば(ほっけ塩焼き) いんげん胡麻和え オレンジ	ご飯・味噌汁 サバ味噌煮 にらもやし炒め 卵寒天	ご飯・スープ カレー キャベツサラダ 果物(バナナ)	ご飯・スープ 肉団子 ポテトサラダ にらたま
タ	ご飯・味噌汁 タラの煮つけ けんちん煮 ほうれん草のお浸し	ご飯・味噌汁 ブリの照り焼き 胡麻とうふ ひじき炒り煮	ご飯・味噌汁 肉じゃが オクラのなめたけ和え 茶碗蒸し(かにかま入り)	ご飯・味噌汁 とんかつ 根菜のコンソメ煮 人参しりしり	ご飯・味噌汁 酢豚 スパゲティサラダ 里芋そぼろ煮	ご飯・味噌汁 焼鮭 五目和え ジャガイモの煮物	ご飯・味噌汁 白身フライ ふきの炒め煮 お浸し

	5月18日 (日)	5月19日 (月)	5月20日 (火)	5月21日 (水)	5月22日 (木)	5月23日 (金)	5月24日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 かにたま 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・スープ(ポテト) アジの生姜焼き チャンプルー風炒め もずく酢	ご飯・味噌汁 鶏となすの煮物 お浸し 南瓜サラダ	ご飯・味噌汁 煮込みハンバーグ ナムル 果物	ご飯・味噌汁 牛肉ポテコロッケ ほうれん草と卵の炒め和え さつまいも煮	天神祭メニュー 	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き れんこん炒め煮 青菜の庄内麩和え
タ	ご飯・すまし汁 ほきの野菜あんかけ 五目ひじき煮 大学芋	ご飯・味噌汁 イカフライ 切干大根煮 ブロッコリーのかにかま和え	ご飯・味噌汁 サバの揚げ煮 ぜんまいの煮物 胡麻和え	ご飯・味噌汁 赤魚の煮付け 春雨サラダ 小松菜のしらす和え	ご飯・すまし汁 鶏肉とじゃが芋の炒め物 キャベツのおろし和え 卵サラダ	ご飯・味噌汁 ユーリンチー ひじきの炒り煮 南瓜のそぼろ煮	ご飯・味噌汁 ジャンボ肉団子 きゅうりともやしの梅和え 卵の花

	5月25日 (日)	5月26日 (月)	5月27日 (火)	5月28日 (水)	5月29日 (木)	5月30日 (金)	5月31日 (金)
昼	ご飯・味噌汁 炭火焼ミニ鶏つくね 小松菜のエビ生姜和え ごぼうサラダ	ご飯・味噌汁 鶏の西洋焼 根菜の煮物 いんげんお浸し	ご飯・味噌汁 メンチカツ 小松菜のけんちん風 くるみ和え	ご飯・味噌汁 かれいの塩麴焼き いんげんの胡麻和え バナナ	ご飯・味噌汁 からあげ モヤシとハムの和え物 果物	ご飯・味噌汁 鶏肉の鍋照り焼き 五目和え さつまいも煮	ご飯・味噌汁 豚肉高菜炒め 高野しのだの煮物 果物
タ	ご飯・味噌汁 エビフライ 青昆布煮 オニオンサラダ	ご飯・味噌汁 赤魚の塩焼き ぜんまいの煮物 焼きナス	ご飯・味噌汁 おろしハンバーグ ほうれん草ソテー ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 カニ玉 れんこんの炒め煮 白菜と人参のごま和え	ご飯・味噌汁 肉野菜炒め 揚げだし豆腐 花五目卵巻き	ご飯・味噌汁 ほっけの漬け焼き マーボー春雨 ブロッコリーの磯和え	ご飯・スープ 白身魚フライ 煮浸し リャンパンサンスー

庄内まちづくり協同組合 虹
 配食センター味彩
 TEL：24-0010
 FAX：33-8800

