【5月】普通食献立表

★★ おかずの特徴をご紹介 ★★

- ●皆様に飽きがこないよう、 おかずの種類を 数百種以上取りどろえています。
- ●全てのおかずが熟練した調理員の手作りです。
- ●100%国内工場出荷ですので、安心・安全です。



	昼食	夕食	1	昼食	夕食
5	豚肉のトマト煮	鶏肉とナッツのチリソース	5	チキンクリームシチュー	白身魚の甘酢あん
月	ハ はいなと - ナガリアの人 五	+ 4 11 = 17	月	n	ヤングコーンソテー
ľ	1777 とこごりま物りり立て	南瓜サラダ	8	タマゴマカロニサラダ 野菜のバジル炒め	高野豆腐のそぼろ煮
日	炒り豆腐 切干大根とひじきの旨煮	けんちん煮	日	対来のハンル別の ねぎとちくわのぬた	がんもの含め煮
	サイス根といしさの言為	小松菜のおひたし		ねさとらくわりぬに	枝豆のおかか和え
木			木		
H	ホッケの照焼き	栗かぼちゃコロッケ	H	家常豆腐(ジャージャン豆腐)	牛肉とインゲンの炒め物
		きのこソテー	5		1 14212 / 2 42/19 42/19
月	バンバンジーサラダ(ドレッシング別添え		月	チンゲン菜のごま和え	お魚厚揚げ
2	さつま芋の肉じゃが風	煮合せ(厚揚げ・人参・フキ)	9	イカ入りつみれの炊き合せ	じゃが芋としいたけの煮物
日	ごぼうとれんこんの甘酢和え	ほうれん草とハムのクリーム煮	日	梅ごぼう	バターコーン
	こは、たれいのこんが、日日下本と	はかんといるジグリーム流	١.	1744 (d.)	7.07 2 2
金			金		·
5	豚肉と青菜のたまご炒め	赤魚の粕漬け焼き.		メバルの昆布煮	豚肉のマヨネーズ風炒め
		ワカメの青ジソサラダ	月	枝豆とカニカマの煮物	
月	シェルマカロニサフタ	ほうれん草の磯辺和え	1	青菜のおろし和え	切り昆布としめじの煮もの
10	マーボー春雨	茄子とこんにゃくの煮浸し	0	オクラソーセージ大豆ソテー	はんぺんと野菜の田舎煮
17	ポテトソテー	青物の昆布み		きのこきんぴら	チンゲン菜とコーンの中華炒め
L			١.		
٦			╚		
5	鶏肉とキャベツの味噌炒め	白身魚フライ	5	豚すき	えびボールのオーロラソースかけ
la la		もやしの梅風味	月		コーンと榎のタラコマヨ
$\frac{1}{3}$	彩りしんじょう	小松菜のおかか和え	1	筍の土佐煮	和風マカロニ
L	あさりと玉 葱のワイン蒸し	豆腐の和風煮] 1	野菜の柚子胡椒炒め	キャベツと鶏肉の華風炒め
ľ	コーンとツナのサラダ	キャベツのレモン酢和え	日	ほうれん草のベーコン和え	昆布のピリ辛風味
le			Ы		
E	またいわ し	和風ハンバーグ	5		
5	チキンカレー	和風ハンハーク キャベツとキノコのガーリックソテー	ľ	豚肉の梅おろし	チキンステーキ(オニオンソース) シェルマカロニ
月 5	ほうれん草のごま和え	切干大根煮	î	ごぼうサラダ	白菜の錦和え
15		豚肉と玉葱の味噌炒め	2	ポトフ風	チャーシュー野菜炒め
	福神漬	若竹煮	日	インゲンのピーナッツ和え	青菜のソテー
月	 	·- <mark>-</mark>	月	 	
5	カニ玉あんかけ(あん別 添え)	鶏の旨辛煮(ヤンニョムチキン風)	5	鶏肉のチリソース炒め	揚げサバの野菜あんかけ
月			月		
16	しろ米のお浸し	ミニがんも	1	大根のあんかけ	オクラのごま和え
B	肉野菜煮込み スパゲティサラダ	里芋ときのこのバターコンソメ炒め ぜんまいと竹輪の煮物	3 日	野菜の甘酢炒め 三色炒め煮	さつま芋のケチャップ煮 ツナマカロニサラダ
ļ.,	A 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	でしまいたは細とは物	[,		7 / 4 / 4 / 4 / 7 / 7 / 7 / 7 / 7 / 7 /
Ľ			ピ		
5	アジの塩焼き	油淋鶏	5	牛肉のトマト煮	豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め
月	白菜の煮浸し 菜の花と豚肉のカレー風味[2月-5月限定	ブロッコリーと人参のソテー 1 豆腐の煮やっこ	7	ほうれん草のおかか和え	し じゃが芋のそぼろあんかけ
7	果の花と豚肉のガレー風味(2月-5月限定) 野菜のごま味噌煮	1 豆腐の煮やっこ ポークチャップ	4	はつれん早のおかかれる きのこの炒り豆腐	しゃか手のそはろあんかけ あさりと玉葱の酒蒸し
日	ひじき入り白和え	柚子風味サラダ	日	とシステング 7五個 牛蒡の胡麻和え	小松菜と油揚げの煮浸し
уķ			ъk		
Γ,			1,		

昼食	夕食	昼食	夕食	昼食	夕食
「マスタードマヨチキン	ほうれん草オムレツ	5 ズッキーニとチキンのトマト煮		5 チキンカツ	豚キムチ鍋風
1	こんにゃくと春菊の甘辛煮	月		月大根なます	
厚揚げの煮物	ピーマンと竹の子の炒め物	2 きんぴら蓮根	コーン春雨サラダ	2 里芋とこんにゃくの味噌煮	キャベツとハムの中華炒め
肉じゃがカレー風味	筑前者	2 ヘルシーチンジャオ	豚肉ともやし炒め	9 数チャンプルー	鶏大豆の和風トマト煮
ふろふき大根	竹輪と昆布の炒り煮	日小松菜と玉葱のツナ和え	ひじき煮	日ひじきと大豆の煮物	オクラの梅和え
<u> </u>	., ., = . = , ., ,,,,,	<u> </u>		<u>ــــــــــــــــــــــــــــــــــــ</u>	1
\		^ 		<u></u>	
5 酢豚	焼き鳥風	5 牛とじ煮	塩だれメンチ	5 白身魚の磯辺焼き	豚ひき肉と筍と厚揚げの煮物
]		月	カリフラワー甘酢和え ビビンパソテー じゃが芋の鳴門煮	月人参レモン煮	
無限なす	キャベツのピリ辛漬け	2 青菜の彩り和え 3 豆腐しんじょの炊き合せ	ビビンバソテー	3 シーザーサラダ(ドレッシング別添え	フキと油揚げの炒り煮
ひじきと挽肉の炒め物	田舎煮	3 豆腐しんじょの炊き合せ	じゃが芋の鳴門煮	0 マーボー茄子	キャベツとウインナーのカレー炒め
しろ菜のごま炒め	大根サラダ(ドレッシング別添え)	日大根のエピあんかけ	れんこんの生姜炒め	日さつま芋と切昆布の煮物	チンゲン菜と干しエビの塩炒め
		Δ	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	A	, . ,
1		金		金	
いかの天ぷらカレー南蛮	豚しゃぶ	5 豚肉ときのこのクリーム煮	蓮根と鶏肉の煮物(カレー風味)	5 牛肉と野菜のオイスター炒め	あさりの深川煮(丼)
ペペロンチーノマカロニ		月		月	
ツナのあっさり者	大根の煮物洋風仕立て	2 ジャガ芋のスパイス蒸し	厚焼き玉子 大根と椎茸の煮物	3 プロッコリーとカニカマのたまごサラタ	* 蒸し鶏と大根の甘酢サラダ
豚肉とこんにゃく炒め	ハムと玉葱の玉子とじ	4 野菜の味噌炒め	大根と椎茸の煮物	1 おでん風煮物	
しっとり卯の花	チンゲン菜ともやしのナムル	日きんぴらごぼう	オクラのおかか和え	日 オクラと昆布のたくあんちらし	紅生姜
0 - 0 / // - 10	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	1	7, 7, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
<u></u>		エ		エ <mark> </mark>	
鶏のさっぱりお酢煮	スケソウダラの白醤油焼き	5 赤魚の生姜煮	豆腐ハンバーグの甘酢あんかけ	•	•
1 24.12.212.112.112	ほうれん草の柚子和え	月大根煮	インゲンソテー		
大学芋 3 四色豆腐	シェルマカロニのペペロン風.	2 蒸1 鶏とアハドキの梅肉和タ	屋揚げのかか者		
四各盲脑	鶏ひき肉のチャプチェ	5 ポークドーンズ	さつま芋のトマトソース者		
白菜の柚子和え	五目野菜の甘酢和え	5 ポークビーンズ 日 ほうれん草と人参の黒オリーブ入りサラタ	・フカロニサラダ		
日来が高り作る	四日 八 八 日 日 小 一 人		1,4 / //		
		日			
煮込みハンバーグ(トマト)	牛肉とブロッコリーのクリーム煮	5 豚肉とチンゲン菜のピリ辛炒め	いか入りカツ		
ピースソテー	15357-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7-7	月 ///// 	キャベツのコールスローサラダ		
白菜の中華マリネ	里芋のそぼろあんかけ	2 さつまいもサラダ	ニンニクの芽とこんにゃくの味噌炒め		
ビーフン炒め	大豆・ナス・ピーマンの温サラダ	6 鶏団子と牛蒡の中華あんかけ	あさりと野菜の炒め者		
コーンと玉葱のおかか炒め		日大根の甘酢漬け	あさりと野菜の炒め煮 枝豆の白和え		
- VCII (60 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17 17	N MA ACTA BANKA - AC	- VOIKVO E HEIGHT	火量シロルス		
		月			
		5 豚肉のカレー煮	トマトオムレツ		
		F MARIE ATTOCKE	昆布豆		
青菜と蒲鉾の和え物	キャベツのゆかり和え	72 切干とベーコンの煮物	チンゲン菜ときのこのソテー		
展内と筍の炒め煮	サケじゃが	7 茄子のそぼろ煮	さつま草の肉じゃが風		
南瓜のソテー	小松菜の柚子和え	日春菊のお浸し	さつま芋の肉じゃが風 ひじきサラダ		
174/2017/	111100 木マン1四 丁 11-人	, 10-70-7077X C	0 00 / //		
⟨ႃੑੑੑੑੑੑੑੑ 		火			
さばのカレーカツ	豆腐と豚肉の中華炒め	5 ロールキャベツ クリームソース	鶏肉とたけのこのバター醤油焼き		
サウザンサラダ		月青菜のナムル	/mg - 1 C-(-1 / */ C- */ */ /		
大豆のオリーブ炒め	彩りしんじょう	7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	温野菜サラダ		
酢豚風炒め	ソーセージのポトフ風	8 ナスとイタリアン野菜の塩炒め			
コンニャクの中華和え	きくらげの酢の物	日三色炒め煮	ラタトゥイユ はんぺんの玉子とじ		
コンーヤノソノ丁 年 かん	こ (つ() (ノロド (ノフリ	ーログの深	14/0 - 1/0 ×		
4		水			
1					