

【5月】小町大献立表

★★ おかずの特徴をご紹介 ★★

- 皆様に飽きがないよう、おかずの種類を数百種以上取りそろえています。
- 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 | 昼食 | 夕食 |
|------|--|---|--|--|
| 5月1日 | スケソウダラの生姜醤油焼き 海老ポテトサラダ 豆腐のチャンプルー 枝豆とカニカマの煮物 | 牛肉とポテトのガリパタソース ほうれん草のおひたし 肉野菜炒め きんぴらごぼう | 5月8日 豚肉とビーマンのペッパー炒め インゲンのピーナッツ和え あさりと玉葱のんにく醤油 キャベツと挽肉の玉子炒め | チキンステーキ(オニオンソース) チンゲン菜の煮浸し ソーセージのポトフ風 りんごのコンポート |
| 水 | | | 水 | |
| 5月2日 | 鶏肉とインゲンの味噌ダレ焼き ゴマドレサラダ 南瓜のほっこり煮 青菜のおろし和え | 豚しゃぶ じゃが芋の梅おかか 彩り炒り豆腐 菜の花の辛子和え【2月-5月限定】 | 5月9日 牛肉ときのこの柚子風味炒め 南瓜のそぼろ煮 鶏豆腐 人参のしりしり | 洋風ロールキャベツ(コンソメ) イタリアン野菜とマカロニのサラダ 味噌田菜 きのこのおひたし |
| 木 | | | 木 | |
| 5月3日 | 酢豚 大根のあんかけ ひじきと挽肉の炒め物 しる菜のごま炒め | 焼き鳥風 チンゲン菜のごま和え 野菜の甘酢炒め 大根サラダ(ドレッシング別添え) | 5月10日 牛とじ煮 青菜の彩り和え 豆腐しんじょの炊き合せ 大根のエビあんかけ | 焼肉メンチ ピピンパソテー 大根のうま煮 れんごんの生姜炒め |
| 金 | | | 金 | |
| 5月4日 | エビと青梗菜の塩あん エノキ茸の煮浸し 野菜のバジル炒め 土佐酢和え(オクラ・人参・竹輪) | ハッシュドビーフ ナスのトマトソース あさりとじゃが芋のピリ辛醤油仕立て 白滝のおかか煮 | 5月11日 豚の生姜焼き 大根の煮物洋風仕立て 鶏ひき肉のチャプチェ コーンと玉葱のおかか炒め | サワラの照焼き 油揚げの玉子炒め 野菜炒め 蓮根の胡麻和え |
| 土 | | | 土 | |
| 5月5日 | 豚肉とエリンギのバター醤油焼き 山芋のガーリック風味 オクラソーセージ大豆ソテー ぶきの二杯酢 | 鶏肉の山賊焼き 筍の土佐煮 豆腐の和風煮 ミモザサラダ | 5月12日 豚キムチ鍋風 油揚げとこんにゃくの白和え 野菜のごま味噌煮 ほうれん草のバターソテー | ブルコギ 竹の子のピリ辛炒め 高野豆腐のがめ煮 オクラのおかか和え |
| 日 | | | 日 | |
| 5月6日 | とんかつ カニ風味サラダ 筍と玉子の中華風炒め 青物の昆布灸 | ホッケの一夜干し焼き 南瓜煮 洋風けんちん煮 しっとり卵の花 | 5月13日 白身魚のハンバーグ(豆乳仕立て) 小松菜の菜種和え ラタトゥイユ タラモサラダ | 野菜と豚肉のカレー炒め 南瓜のいどころ煮 炒り鶏 茄子の胡麻みぞれ和え |
| 月 | | | 月 | |
| 5月7日 | ごぼう入り鶏団子煮 青菜と蒲鉾の和え物 豚肉と筍の炒め煮 南瓜のごまよじ | 豚肉と大根のバター醤油風味 キャベツのゆかり和え サケじゃが 小松菜の柚子和え | 5月14日 豚肉とえのきのトマトソース炒め 切干とベーコンの煮物 茄子のそぼろ煮 春菊のお浸し | 関西風オムレツ チンゲン菜ときのこのソテー 根菜の五目煮 ひじきサラダ |
| 火 | | | 火 | |

| | 昼食 | 夕食 | 昼食 | 夕食 | 昼食 | 夕食 |
|-------|--------------------|----------------------|-------------------------|----------------|-----------------|--------------|
| 5月1日 | あじフライ | 牛肉と野菜のオイスター炒め | 豚肉と野菜のおろしポン酢 | 煮込みハンバーグ | トマトムレツ | 鶏唐揚げのチリソース掛け |
| 5月2日 | 白菜の錦和え | 切干ゆず風味 | コーンとツナのサラダ | きんぴらごぼう | ほうれん草とタコのにんにく和え | ツナのあっさり煮 |
| 5月3日 | 野菜の味噌炒め | 鶏挽き肉と大豆の含め煮 | 茄子とオクラのトマトソース煮 | カレー風味ソーテー | 鶏ゴボウ | 和風カレー煮 |
| 5月4日 | 三色炒め煮 | きのこどハムのソテー | さつま揚げの味噌炒め | 青菜ときこのオリーブ蒸し | さつま芋のバター炒め | 中華風もやし炒め |
| 水 | | | | | | |
| 5月5日 | えびボールのオーロラソースかけ | 豚肉とチンゲン菜の塩ダレ炒め | 海鮮チリソース炒め | 豚肉と筍のネギ塩炒め | 豚肉の甘辛炒め | 牛すきやき(井) |
| 5月6日 | オクラとコーンのおろし和え | ベーコンとたまごサラダ | 小松菜の辛子和え | シュルマカロニサラダ | 大根とカニカマの煮物 | 青菜のナムル |
| 5月7日 | ニラと豚肉の味噌炒め | 大根と椎茸の煮物 | 中華風鶏きんぴら | さつま芋の煮しめ | 厚揚げの五目あんかけ | 大根さくら漬 |
| 5月8日 | 小松菜の錦和え | 豆腐の柚子あんかけ | 南瓜サラダ | ほうれん草の磯辺和え | ワカメのたらこ和え | |
| 木 | | | | | | |
| 5月9日 | 白身魚(メル)の磯辺焼き | 牛ひき肉と豆腐のすき焼き煮 | 鶏の旨辛煮(ヤンニョムチキン風) | カニ玉あんかけ(あん別添え) | 豚肉と豆腐の玉子とじ | サバの野菜入り甘酢煮 |
| 5月10日 | 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 | ミニがんも | しろ菜のお浸し | 無限なす | オクラのごま和え |
| 5月11日 | マーボー茄子 | キャベツとウインナーのカレー炒め | 里芋ときこのバターコンソメ炒め | 肉野菜煮込み | じゃが芋と鶏肉の炭火焼風炒め | さつま芋のケチャップ煮 |
| 5月12日 | さつま芋と切昆布の煮物 | 昆布の佃煮 | ぜんまいと竹輪の煮物 | スパゲティサラダ | 三色炒め煮 | ソナマカロニサラダ |
| 金 | | | | | | |
| 5月13日 | ポークカレー | スケソウダラの白醤油焼き | 赤魚の味噌煮 | 鶏の柚子胡椒焼き | | |
| 5月14日 | 竹の子と人参のおかか煮 | 南瓜煮洋風仕立て | 大豆サラダ | 里芋としめじの煮物 | | |
| 5月15日 | 浅炊ふき | チャーシュー野菜炒め | 肉じゃが | ナスとイタリアン野菜の塩炒め | | |
| 5月16日 | | チンゲン菜のツナ和え | 梅酢和え(ワカメ・オクラ・油揚げ) | チンゲン菜のソテー | | |
| 土 | | | | | | |
| 5月17日 | バサのレモンペッパー焼き | 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 | さばのハニーマスタードカツ | | |
| 5月18日 | シューマイ | 大学芋 | 菜の花とさつま揚げの味噌炒め(2月-5月限定) | 厚揚げのそぼろ煮 | | |
| 5月19日 | 中華うま煮炒め | はんぺんと野菜の田舎煮 | 白菜とミンチの中華炒め | 親子煮 | | |
| 5月20日 | 三色彩り漬(大根・野沢菜・人参) | 和風りぼんバスタ | コーン春雨サラダ | ほうれん草のピーナッツ和え | | |
| 5月21日 | | | | | | |
| 5月22日 | 豚肉とゴボウの生姜煮 | 鶏のさっぱりお酢煮 | 豚肉とナスの味噌炒め | 豆腐ハンバーグの甘酢あんかけ | | |
| 5月23日 | じゃがバター | 里芋とチャーシューの塩ねぎ煮 | 麩と覆のさっと煮 | カニ風味サラダ | | |
| 5月24日 | 海鮮ビーフン炒め | あさりとほうれん草の玉子とじ | マーボー豆腐 | すき焼き風煮 | | |
| 5月25日 | 切干大根と小松菜の煮物 | キャベツのコールスローサラダ | 小松菜と玉葱のツナ和え | 竹輪と野菜の胡麻よごし | | |
| 5月26日 | | | | | | |
| 5月27日 | 栗かぼちゃコロッケ | ホッケの照焼き | ブルコギチキン | 牛肉とほうれん草の炒め物 | | |
| 5月28日 | 野菜の三杯酢 | パンパンジーサラダ(ドレッシング別添え) | キャベツのピリ辛漬 | お魚厚揚げ | | |
| 5月29日 | 煮合せ(厚揚げ・人参・フキ) | さつま芋の肉じゃが風 | イカ入りつみれの炊き合せ | じゃが芋の鳴門煮 | | |
| 5月30日 | ほうれん草とハムのクリーム煮 | ごぼうとれんこんの甘酢和え | 梅ごぼう | つぼ漬 | | |
| 5月31日 | | | | | | |
| 火 | | | | | | |

