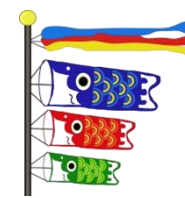




# 2017年5月 献立表



■ご提供は祝祭日含む月～金曜日。土日は定休日となります。■

区分	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
夕食	ごはん サバの塩焼き じゃがいものしゃきしゃき和え 北海道クリームコーンコロッセ 青菜の煮びたし	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 青菜のおかか和え 炊き合わせ きのごソテー	ごはん 鮭の香味焼き にんじんナムル ささみと野菜の甘酢炒め ワカメと油揚げの煮びたし	ごはん ロースカツ煮 春雨の酢の物 桜えびの野菜炒め いんげんのツナマヨ和え	ごはん ブリの照り焼き キャベツのポン酢和え 里芋と揚げの煮物 蓮根きんぴら
合計	635kcal 塩2.5g	652kcal 塩2.5g	577kcal 塩2.5g	561kcal 塩2.5g	656kcal 塩2.5g
アレルギー等	小麦/卵/乳	小麦/卵/にんにく	小麦	小麦/卵/乳/エビ	小麦
区分	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
夕食	ごはん 煮込みハンバーグ マカロニサラダ かぼちゃのグラタン 青菜と竹輪の煮びたし	ごはん サワラのおろしだれ 春雨サラダ中華風 豆腐と豚肉のチャンプルー ワカメとツナの煮びたし	ごはん 鶏天タルタル 小松菜のごま和え 炊き合わせ 切干大根ゆず風味	ごはん 白身魚の照り焼き もやしとなめたけの和え物 麻婆なす キャベツの煮びたし	ごはん 豚肉と野菜のポン酢炒め ブロッコリーのごま和え エビマヨ 小松菜とさつま揚げの煮びたし
合計	659kcal 塩2.5g	641kcal 塩2.6g	572kcal 塩2.5g	559kcal 塩2.6g	658kcal 塩2.5g
アレルギー等	小麦/卵/乳	小麦/卵	小麦/卵	小麦/にんにく	小麦/卵/乳/エビ
区分	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
夕食	ごはん カレイの煮つけ にんじんサラダ ささみと野菜の炒め物 ひじきの煮物	ごはん チャブチエ 海草サラダ じゃがいもと厚揚げのそぼろ煮 カリフラワーのマヨサラダ	ごはん サバのしょうが煮 きゅうりとワカメの酢の物 豚肉と野菜のピリ辛炒め キャベツと竹輪の煮物	ごはん タンドリーチキン 青菜ときのこの柚子ひたし 厚揚げとかぼちゃのそぼろあんかけ もやしのねぎ塩炒め	ごはん イワシフライ かぼちゃサラダ 炊き合わせ 柚子香りこんにゃく
合計	624kcal 塩2.6g	630kcal 塩2.4g	620kcal 塩2.6g	636kcal 塩2.5g	645kcal 塩2.4g
アレルギー等	小麦	小麦/卵/乳/にんにく	小麦	小麦/乳	小麦/卵/乳
区分	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
夕食	ごはん 豚肉のスタミナ焼き もやしの海苔鮭和え 厚揚げとこんにゃくの煮物 粉ふきいも	ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き いんげんとかぼちゃのごま和え 里芋のおかかまぶし きんぴらごぼう	ごはん さっぱり和風ハンバーグ コールスローサラダ 若竹煮 かぼちゃの桜えび炒め	ごはん エビフライ ポテトサラダ マスタード風味 炊き合わせ 蓮根紅生姜炒め	ごはん 鶏肉のはちみつ照り焼き 青菜と揚げの酢みそ和え じゃがいもと鮭の煮物 揚げなすの生姜風味
合計	561kcal 塩2.5g	569kcal 塩2.5g	615kcal 塩2.5g	607kcal 塩2.4g	645kcal 塩2.4g
アレルギー等	小麦/にんにく	小麦/乳	小麦/卵/乳/エビ	小麦/卵/乳/エビ	小麦
区分	29(月)	30(火)	31(水)	* お米は秋田県産「あきたこまち」を使用しております。 * すぐに召し上がれない場合は冷暗所に保存の上、 当日中4時間以内にお召し上がり下さい。 * 食材の関係により、献立変更がある場合がございます。 * キャンセルは前日 18時までにご連絡ください。	
夕食	ごはん 赤魚の野菜あんかけ えのきとワカメの酢の物 春雨の炒め物 切干大根の煮物	ごはん 酢豚 キャベツの粒マスタード和え 大根と桜えびの煮物 きのこの玉子炒め	ごはん サワラのポン酢きのごソース 青菜のカレーマヨ和え 肉じゃが たけのこのバター醤油炒め		
合計	524kcal 塩2.6g	547kcal 塩2.6g	600kcal 塩2.5g		
アレルギー等	小麦	小麦/卵/乳/エビ	小麦/卵/乳		

