

2021年 5月 献立表 シャロン千里 テイサービス

	火	水	木	金	土
					
昼食					ご飯 スパニッシュオムレツ チキンサラダ ミネストローネ フルーツ パウンドケーキ
おやつ					
	4	5	6	7	8
昼食	ご飯 サワラの西京焼き なすのはさみ揚げ ほうれん草の白和え みそ汁	竹の子ご飯 タイの塩焼き 菜の花の辛子和え すまし汁 デザート	ハヤシライス 漬物 サラダ フルーツ	ご飯 黄金カレイの生姜煮 きんぴら ほうれん草のお浸し みそ汁	ご飯 鶏肉の味噌マヨ焼き ひじきの煮物 甘酢和え すまし汁
おやつ	柏まんじゅう	しっとりバームクーヘン	パウンドケーキ	黒豆ロールケーキ	どら焼き
	11	12	13	14	15
昼食	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼き 冷奴 さつまいもの甘煮 にらたま汁	ご飯 焼売 カニカマのあんかけ 中華クラゲ みそ汁	ご飯 豚肉の生姜焼き 冷奴 サラダ みそ汁	ご飯 サケの塩焼き 里芋のそぼろあんかけ エビのおろし和え みそ汁・フルーツ	山菜ご飯 ブリの塩焼き きんぴら 菜の花の辛子和え 赤だし
おやつ	れもん調布	黒豆ロールケーキ	抹茶ういろう	れもん調布	抹茶ういろう
	18	19	20	21	22
昼食	キーマカレー 漬物 サラダ フルーツ	ご飯 サケの若布蒸し 豚肉の炒り煮 いんげんのごま和え みそ汁	ご飯 ホッケの生姜煮 菜の花のお浸し 竹の子の味噌炒め すまし汁	ご飯 豚しゃぶ きんぴら みそ汁	ご飯 筑前煮 冷奴 しそ香和え みそ汁
おやつ	カステラ	抹茶バームクーヘン	クリームパン	カステラ	小倉あんパイ
	25	26	27	28	29
昼食	ご飯 サケのバター醤油焼き 豆腐サラダ 甘酢漬け みそ汁	ご飯 豆腐のミートソースかけ 大根のカレーソテー かきたまスープ フルーツ	ご飯 鶏じゃが きんぴら トマトのおろし和え みそ汁	ちらし寿司 冷奴 ほうれん草のごま和え 赤だし	ご飯 焼肉風 長いものわさび酢和え 煮豆 みそ汁
おやつ	パンケーキ	小倉あんパイ	パンケーキ	日向夏もなか	フルーツケーキ