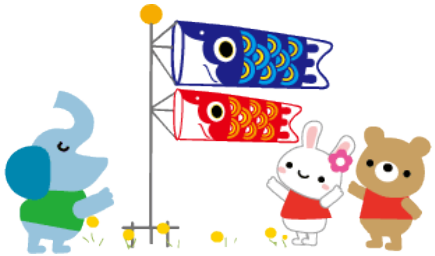
【5月】小町献立表

★★　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
5月1日 木	豚肉のトマト煮 炒り豆腐 切干大根とひじきの旨煮	鶏肉とナッツのチリソース けんちん煮 小松菜のおひたし
5月2日 金	ホッケの照焼き さつま芋の肉じゃが風 ごぼうとれんこんの甘酢和え	栗かぼちゃコロッケ 野菜の三杯酢 ほうれん草とハムのクリーム煮
5月3日 土	豚肉と青菜のたまご炒め マーボー春雨 ポテトソテー	赤魚の粕漬け焼き. 茄子とこんにゃくの煮浸し 青物の昆布〆
5月4日 日	鶏肉とキャベツの味噌炒め あさりと玉葱のワイン蒸し コーンとツナのサラダ	白身魚フライ 豆腐の和風煮 キャベツのレモン酢和え
5月5日 月	チキンカレー ほうれん草のごま和え 福神漬	和風ハンバーグ 豚肉と玉葱の味噌炒め 若竹煮
5月6日 火	カニ玉あんかけ(あん別添え) 肉野菜煮込み スパゲティサラダ	鶏の旨辛煮(ヤンニョムチキン風) 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
5月7日 水	アジの塩焼き 野菜のごま味噌煮 ひじき入り白和え	油淋鶏 ポークチャップ 柚子風味サラダ

	昼食	夕食
5月8日 木	チキンクリームシチュー 野菜のバジル炒め ねぎとちくわのぬた	白身魚の甘酢あん 高野豆腐のそぼろ煮 枝豆のおかか和え
5月9日 金	家常豆腐(ジャージャン豆腐) チンゲン菜のごま和え 梅ごぼう	牛肉とインゲンの炒め物 じゃが芋としいたけの煮物 バターコーン
5月10日 土	メバルの昆布煮 オクラソーセージ大豆ソテー きのこきんぴら	豚肉のマヨネーズ風炒め はんぺんと野菜の田舎煮 チンゲン菜とコーンの中華炒め
5月11日 日	豚すき 野菜の柚子胡椒炒め ほうれん草のベーコン和え	えびボールのオーロラソースかけ キャベツと鶏肉の華風炒め 昆布のピリ辛風味
5月12日 月	豚肉の梅おろし ポトフ風 インゲンのピーナッツ和え	チキンステーキ(オニオンソース) チャーシュー野菜炒め 青菜のソテー
5月13日 火	鶏肉のチリソース炒め 野菜の甘酢炒め 三色炒め煮	揚げサバの野菜あんかけ さつま芋のケチャップ煮 ツナマカロニサラダ
5月14日 水	牛肉のトマト煮 きのこの炒り豆腐 牛蒡の胡麻和え	豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め あさりと玉葱の酒蒸し 小松菜と油揚げの煮浸し

	昼食	夕食
6月15日 木	マスタードマヨチキン	ほうれん草オムレツ
	肉じゃがカレー風味	筑前煮
	ふろふき大根	竹輪と昆布の炒り煮
6月16日 金	酢豚	焼き鳥風
	ひじきと挽肉の炒め物	田舎煮
	しろ菜のごま炒め	大根サラダ(ドレッシング別添え)
6月17日 土	いかの天ぷらカレー南蛮	豚しゃぶ
	豚肉とこんにゃく炒め	ハムと玉葱の玉子とじ
	しっとり卵の花	チンゲン菜ともやしのナムル
6月18日 日	鶏のさっぱりお酢煮	スケソウダラの白醤油焼き
	四色豆腐	鶏ひき肉のチャプチェ
	白菜の柚子和え	五目野菜の甘酢和え
6月19日 月	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
	ビーフン炒め	大豆・ナス・ピーマンの温サラダ
	コーンと玉葱のおかか炒め	小松菜の胡麻和え
6月20日 火	肉団子と野菜の甘酢あん	豚肉と大根のバター醤油風味
	豚肉と筍の炒め煮	サケじゃが
	南瓜のソテー	小松菜の柚子和え
6月21日 水	さばのカレーカツ	豆腐と豚肉の中華炒め
	酢豚風炒め	ソーセージのポトフ風
	コンニャクの中華和え	さくらげの酢の物

	昼食	夕食
6月22日 木	ズッキーニとチキンのトマト煮	ブリの西京焼き
	ヘルシーチンジャオ	豚肉ともやし炒め
	小松菜と玉葱のツナ和え	ひじき煮
6月23日 金	牛とじ煮	塩だれメンチ
	青菜の彩り和え	じゃが芋の鳴門煮
	大根のエビあんかけ	れんこんの生姜炒め
6月24日 土	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)
	野菜の味噌炒め	大根と椎茸の煮物
	きんぴらごぼう	オクラのおかか和え
6月25日 日	赤魚の生姜煮	豆腐ハンバーグの甘酢あんかけ
	ポークビーンズ	さつま芋のトマトソース煮
	ほうれん草と人参の黒オリーブ入りサラダ	マカロニサラダ
6月26日 月	豚肉とチンゲン菜のピリ辛炒め	いか入りカツ
	さつまいもサラダ	あさりと野菜の炒め煮
	大根の甘酢漬け	枝豆の白和え
6月27日 火	豚肉のカレー煮	トマトオムレツ
	茄子のそぼろ煮	さつま芋の肉じゃが風
	春菊のお浸し	ひじきサラダ
6月28日 水	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
	ナスとイタリアン野菜の塩炒め	ラタトゥイユ
	三色炒め煮	はんぺんの玉子とじ

	昼食	夕食
6月29日 木	チキンカツ	豚キムチ鍋風
	麩チャンプルー	鶏大豆の和風トマト煮
	ひじきと大豆の煮物	オクラの梅和え
6月30日 金	白身魚の磯辺焼き	豚ひき肉と筍と厚揚げの煮物
	マーボー茄子	キャベツとウインナーのカレー炒め
	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
5月31日 土	牛肉と野菜のオイスター炒め	あさりの深川煮(丼)
	ブロッコリーとカニカマのたまごサラダ	蒸し鶏と大根の甘酢サラダ
	オクラと昆布のたくあんちらし	紅生姜