

2022年5月分献立表

夕	5月2日	5月9日	5月16日	5月23日	5月30日
月曜日	赤魚の煮付け 春キャベツのオムレツ うどの酢味噌和え 相馬漬け 梅酒寒天	銀鮭の味噌チーズ焼き 彩り野菜の胡麻和え キャベツ煮浸し かぶ酢の物 牛乳ゼリー	豚肉のみそ漬け焼き さつま揚げと昆布煮付 わらびのお浸し 昆布佃煮 牛乳ゼリー 混ぜご飯	赤魚の粕漬け焼き ひじきの煮つけ コールスローサラダ 相馬漬け オレンジ	とり挽肉松風焼き かぶとじゃこのサラダ 切干大根煮つけ しば漬け いちごヨーグルトかけ
夕	5月3日	5月10日	5月17日	5月24日	5月31日
火曜日	紅サケ焼き 肉じゃが はるさめの中華和え 昆布佃煮 バナナヨーグルト	大根と豚バラ肉煮物 マカロニサラダ ふきと油揚げ煮つけ しば漬け りんごJ寒天	あじの南蛮漬け キャベツと卵のツナの炒め ふきの炒め煮 おみ漬け フルーツゼリー	れんこん入りハンバーグ もやし煮つけ 酢の物 大根さくら漬け りんご	たたき梅御飯 ぶり照り焼き 若竹煮 和え物 相馬漬け オレンジ
夕	5月4日	5月11日	5月18日	5月25日	
水曜日	お休みです	照焼 すき昆布の煮物 かぼちゃの煮物 らっきょう漬け 白玉あづき	炊き込みごはん かじきの香味焼き 揚げナスのそぼろあん 小松菜のお浸し 白菜漬け バナナ	親子煮 なすの味噌炒め かぼちゃサラダ お浸し コーヒーゼリー	
夕	5月6日	5月13日	5月20日	5月27日	
金曜日	竹の子ごはん 鶏肉としいたけ甘辛煮 れんこん炒めもの わかめとアスパラ和え 大根梅酢漬 いちご	ひじきと挽肉袋煮 たけのことふきの煮物 わかめ酢の物 たくわん オレンジ	チキンかつ ポテトサラダ 春キャベツ煮浸し つぼ漬け パイナップル	いなり寿司 八宝菜 ひじき入り卵焼き 五目豆 高菜漬け グレープフルーツ	

高齢者配食サービス「ほっと亭」 連絡先 電話 022-308-5030

材料などの調達ができなくなった場合などメニューの一部が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。お弁当は配達されたら、早めに食べ終わってください。