

# なてしこ

# 1週間の献立

2021年



5月5日 ~ 5月11日

日	5	6	7	8	9	10	11	
曜日	水	木	金	土	日	月	火	
朝	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	味噌汁 大根の煮付け	味噌汁 高野豆腐の含め煮	味噌汁 かぼちゃの煮付け	味噌汁 茄子の煮付け	味噌汁 玉ねぎの卵とじ	味噌汁 春雨の煮付け	味噌汁 切り干し大根の煮付け
		フレンチサラダ	ポテトソテー	茹で卵サラダ	もやしソテー	マカロニサラダ	チンゲン菜ソテー	かぼちゃサラダ
		梅干し 飲み物	フルーツ 飲み物	浅漬け 飲み物	フルーツ 飲み物	たくあん 飲み物	フルーツ 飲み物	高菜漬け 飲み物
昼	主食	<b>特別</b> ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	生姜ご飯	
	副食	チキンカツカレー	鮭の照り焼き	牛肉と新玉ねぎの サラダ風	鯛の天ぷら	豚肉と根菜の味噌煮	鯛の酒蒸し	肉うどん
		茄子の味噌炒め	ブロッコリーの クリーム煮	大根の田舎煮	かくや炒め	茄子の辛味炒め	豚肉と春きゃべつの 炒め物	黒大豆の六目煮
		ミモザ風サラダ	長芋の酢の物	蒸し茄子のしそ和え	冷奴金山寺味噌のせ	トマトと卵のサラダ	たたきごぼうの ごまネーズ和え	蒸し茄子の酢の物
		かしわ餅	だし巻き卵の すまし汁	じゃが芋の ポタージュ	そば汁	えびつみれ汁	赤だし	スイカ
りんご	パイナップル	ヨーグルト和え	コーヒー牛乳寒天	キウイフルーツ				
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	副食	にら入りハンバーグ	豚肉と茄子の 辛味炒め	赤魚の煮付け	鶏肉の和風ソテー	鯖の塩焼き	すき煮	鯖の味噌漬け焼き
		ごった煮	ひじきの梅煮	えびときゅうりの ニンニク炒め	ツナじゃが	鶏肉と小松菜の 炒り煮	五目炒め	鶏肉ときつま芋の 煮付け
		えびときゅうりの 酢の物	きゃべつのごま和え	白菜と錦糸卵の 酢の物	大根サラダ	長芋の梅おかか和え	大根の酢の物	春きゃべつの マリネサラダ
レタスと卵のスープ	豆腐とわかめの スープ	雷汁	きのこスープ	具沢山味噌汁	じゃが芋の味噌汁	中華スープ		

### 【ひとくちコメント】

**特別**

の印は特別メニューです

5日の昼食は特別メニューで『チキンカツカレーセット』をご用意致します。デザートには、「かしわ餅」をお付けします。今週は旬の「春きゃべつ」を沢山メニューに取り入れられました。軟らかく甘味もあるので、生でサラダにしたり、和え物、炒め物にしてお出しします。どうぞ、お楽しみに。

