

5月

2013年

日	月	火	水	木	金	土
			1日 あわご飯 ゆし豆腐 タイツにんにく煮 キャベツ味噌炒め サラダ	2日 麦ご飯 豚汁 はんぺんツナマヨ揚げ 春雨炒め ワカメ酢の物	3日 あわご飯 味噌汁 魚しそ巻き揚げ 豆腐チャンプルー ゴーヤ和え	4日 麦ご飯 味噌汁 煮付け 小松菜炒め ゼリー
5日	6日 麦ご飯 うどん汁 鯖味噌煮 人参シリシリ 酢の物	7日 あわご飯 味噌汁 チキン照り焼き 大根炒め からし和え	8日 麦ご飯 味噌汁 さんまカレーソテー ゴーヤチャンプルー ポテコーンサラダ	9日 あわご飯 牛肉汁 鮭ソテー スンシー炒め もずく酢	10日 麦ご飯 沖縄そば シューマイ揚げ からし菜炒め 和え物	11日 あわご飯 味噌汁 鱈の西京焼き 筑前煮 お浸し
12日	13日 あわご飯 ソーメン汁 豚肉生姜焼き ヘチマウブサー コールスロー	14日 麦ご飯 味噌汁 魚煮付け 金平ごぼう ヨーグルト	15日 炊き込みご飯 アーサ汁 手羽元煮付け キャベツ炒め 大根しりしりー	16日	17日	18日
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
26日	27日	28日	29日	30日	31日	

材料その他の都合により献立を変更する場合があります