

5月

2014年

日	月	火	水	木	金	土
				1日	2日	3日
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日 芋ご飯 ソーキ汁 かき揚げ 豆腐チャンプルー 胡麻和え
11日	12日 あわご飯 味噌汁 魚バジルソテー 筑前煮 和え物	13日 たき込みご飯 アーサ汁 アジソテー からし菜炒め 酢の物	14日 麦ご飯 味噌汁 豆腐五目蒸し レバー炒め サラダ セリー	15日 あわご飯 うどん汁 串揚げ おから炒め 和え物	16日 麦ご飯 味噌汁 チキンソテー 大根炒め 田芋揚げ 煮	17日 あわご飯 わかめスープ 魚カレーニエル 肉じゃが 春雨サラダ
18日	19日 あわご飯 ソーメン汁 かき揚げ 茄子味噌炒め なます	20日 芋ご飯 味噌汁 手羽元煮付け キャベツ炒め ナムル	21日 あわご飯 ゆし豆腐 鮭ソテー 筑前煮 ゴーヤ和え	22日 麦ご飯 味噌汁 魚しそ巻き揚げ 干びょう炒め 酢の物	23日 あわご飯 味噌汁 煮付け ゴーヤチャンプル	24日 麦ご飯 レバー汁 焼き餃子 ヘチマウブサー なます
25日	26日 麦ご飯 沖縄そば ししゃも揚げ 豆腐チャンプルー 和え物	27日 あわご飯 味噌汁 チキン塩麴焼き 人参シソ ミミガー和え セリー	28日 たき込みご飯 アーサ汁 魚ソテー 小松菜炒め 辛子和え	29日 麦ご飯 魚汁 貝柱フライ ごぼう炒め ツナ和え	30日 あわ御飯 味噌汁 天ぷら からし菜炒め 酢の物	31日 麦ご飯 うどん汁 蒸しシュウマイ 人参シソ 胡麻和え

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