



5月 こんだてひょう



月	火	水	木	金
		1 チンジャオロース丼 チンゲンサイスープ ジョア	2 ルーロー飯 ローポウタン マーラーカオ	3 勤労記念の日
		6 振替休日	7 わかめうどん 梅和え 草団子	8 鮭ごはん 和風サラダ 豚汁
13 赤飯 鶏のから揚げ ごま和え 野菜のすまし汁	14 中華おこわ タンホワタン ひじきナムル	15 ビビンバ わかめスープ フルーツヨーグルト	16 チキンカレーライス フ레이크サラダ 南津海	17 ごはん 銀だらの西京焼き もやしとわかめの 和え物 みそ汁
20 ごはん 千草焼き 土佐和え みそ汁	21 じゃこと青のりの ごはん 肉じゃが いそ和え	22 ツナおろし スパゲッティ オニオンドレッシング サラダ りんごゼリー	23 スパイシーピラフ ポトフ コーンサラダ	24 ごはん 鱈のパン粉焼き キャロットサラダ トマトスープ
27 きんぴらごはん かきたま汁 カリカリ油揚げの お浸し	28 中華丼 バンバンジー パイナップル	29 ごはん のりの佃煮 鶏肉とこんにゃくの 味噌煮 キャベツの甘酢和え	30 はちみつ レモントースト コーンシチュー アスパラサラダ	31 ごはん かつおのかりん揚げ ゆず風味お浸し 白玉入りすまし汁