

2026

## 5月献立表

つくしの里 大豆島

	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
昼					ハムカツ ツナサラダカレー風味 きのこマリネ	ホキフリッター きのこじゃがバター炒め ブロッコリーマヨ和え	ささみピカタ 厚揚げトマト煮 もやしソテー
夕	※材料仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。				サワラ幽庵焼き かぼちゃそぼろあん いんげん竹輪炒め	回鍋肉 春雨中華サラダ 青菜きのこ和え	ブリ照り焼き ジャージャン豆腐 大根サラダ
	4	5	6	7	8	9	10
昼	サバカレーニエル ビーンズサラダ わかめサラダ	ハヤシ かぼちゃサラダ かにかまキャベツ	アジ塩焼き 鶏大根 いんげんごま和え	照り焼きハンバーグ ナポリタン グラッセ	メルルーサチーズ焼き じゃがいもカレー炒め コールスローサラダ	親子煮 さつまいもサラダ ほうれん草おひたし	メバルみそ漬け 磯部揚げ 小松菜と卵の中華炒め
夕	チーズと大葉の竜田揚げ 車麩煮物 切干大根ツナサラダ	タラ天ぷら 根菜旨煮 菜花からし和え	ロールキャベツ 青菜サラダ 粉ふきいも	カレイ揚げ煮 高野卵とじ ブロッコリー塩昆布和え	鶏肉西京焼き にら玉 海藻サラダ	イカメンチ 大根がんと煮 青菜梅和え	焼肉 大根と油揚げの炒め煮 もやしナムル
	11	12	13	14	15	16	17
昼	鶏とジャガ芋トマト煮 切干大根洋風サラダ セロリソテー	揚げ焼売の野菜あん かぼちゃごま和え キャベツおひたし	ポークカレー えびとブロッコリーのサラダ きのこソテー	カレイごまだれ 揚げ豆腐きのこあん キャベツとツナのわさび醤油	鶏肉パン粉焼き ポークビーンズ ポテトフライ	ホッケ塩焼き 豚肉キャベツ炒め 大学かぼちゃ	他人井 マカロニサラダ ほうれん草ごま和え
夕	赤魚野菜あんかけ 菜花サラダ ひじき煮	豚肉とたけのこのみそ炒め 高野煮物 ほうれん草おかか和え	マスマヨ焼き 麩の卵とじ ごま酢キャベツ	とんかつ 卵の花 小松菜おひたし	サゴシカレー南蛮 たまごサラダ なめ茸和え	肉団子酢豚風 青菜白和え ブロッコリーハムサラダ	アジ山椒焼き 麻婆大根 ちくわナムル
	18	19	20	21	22	23	24
昼	メルルーサピカタ コンソメキャベツ セロリサラダ	豚しゃぶ ブロッコリーかにかまあんかけ 金平大根	アジ梅しそフライ 大根煮物 ごぼうサラダ	鶏のちゃんちゃん焼き ツナサラダ 切干大根煮	サゴシ竜田揚げ チャプチェ キャベツ酢漬け	あんかけ餃子 焼きそば にらナムル	赤魚バター醤油 ジャーマンポテト フレンチサラダ
夕	鶏唐揚げ ポテトサラダ のりナムル	ホキ磯部揚げ 里芋煮物 酢の物	麻婆豆腐 春雨サラダ 大学いも	かぼちゃコロッケ 五目ひじき ブロッコリーおひたし	キーマカレー スパゲッティサラダ いんげんソテー	ブリ味噌煮 じゃがツナがんと 小松菜おひたし	鶏天 わかめサラダ さつまいも甘辛煮
	25	26	27	28	29	30	31
昼	肉じゃが ちくわカレー風味揚げ ほうれん草えのき和え	豆腐ハンバーグ 鶏ごぼう わかめとかにかまのマヨサラダ	春巻き 五目ビーフン ツナキャベツ	赤魚西京漬け がんと野菜あんかけ おくらとちくわのポン酢和え	鶏チリ グリーンサラダ きのこ佃煮	シルバー唐揚げ 麻婆春雨 土佐キャベツ	フライ さつま煮 ほうれん草梅和え
夕	ブリ漬け焼き チャンプルー いんげんごまマヨ和え	ソースカツ 大根シーチキン煮 キャベツ塩昆布	マスムニエル ミモザサラダ 粉ふきいもカレー味	生姜焼き かぼちゃ甘辛煮 ブロッコリーごま和え	メバル煮つけ 高野揚げ煮 青菜おひたし	天津 中華サラダ 昆布豆	アジパン粉焼き 野菜のコンソメ煮 切干大根サラダ