



5月 予定献立表



ミモザ藤沢阜月苑

日	曜日	献立		
2	月	肉団子の中華煮 ごはん	白菜とさつま揚げの煮浸し 味噌汁	ホウレン草のごま和え
3	火	親子丼	姫皮筍とからし菜のお浸し	味噌汁
4	水	イワシの煮付け ごはん	がんもの炊き合わせ 味噌汁	長いものねばねば和え
5	木	焼うどん	根菜マリネ	味噌汁
6	金	チーズインハンバーグ 4色ナムル	ブロッコリーのお浸し 酢キャベツ	グリーンピースの卵とじ ごはん
7	土	ニシン蒲焼き ツナとキャベツの和え物	味付けレンコン ごはん	サツマイモと豚肉のごま味噌煮 味噌汁
9	月	豚丼	菜の花のおひたし	味噌汁
10	火	豚肉のクリーム煮 ごはん	ブロッコリーの彩りあん 味噌汁	クリーミー南瓜のサラダ
11	水	醤油ラーメン	ひじきの白和え	
12	木	あじの南蛮漬け ごはん	レバニラ炒め 味噌汁	茎わかめと長いものオクラ和え
13	金	タラのみぞれ煮 ごはん	がんもといんげんの煮物 味噌汁	菜花の菜種和え
14	土	鶏肉とそら豆のレモン風味焼き ごはん	ブロッコリーと木耳のネギ塩炒め 味噌汁	サラダ風ポテト卵の花
16	月	ソース焼きそば	わかめと玉ねぎのナムル	味噌汁
17	火	赤魚の照り煮 ごはん	南瓜そぼろあん 味噌汁	キャベツと菜花のわさびマヨ

日	曜日	献立		
18	水	鶏肉のチリソース ごはん	ちくわと野菜の煮物 味噌汁	ザーサイの油炒め
19	木	麻婆豆腐 ごはん	ヤングコーンの中華炒め 味噌汁	切り干し大根
20	金	サーモンたたき丼	いんげんの黒ごまあえ	味噌汁
21	土	菜の花入りコロッケ マリネサラダ	豆のトマト煮込み ごはん	スパゲティソテー 味噌汁
23	月	肉団子の甘酢餡 ごはん	担々風春雨 味噌汁	おくらの胡麻和え
24	火	さばの塩焼き なすの煮浸し	おろし大根 ごはん	高野豆腐煮 味噌汁
25	水	きつねそば	ワカメときゅうりの酢の物	
26	木	鶏肉のオニオンソース ごはん	南瓜のいとこ煮 味噌汁	ホウレン草と椎茸のワサビ和え
27	金	いわしのつみれ煮 ごはん	野沢菜炒め 味噌汁	ごぼうと焼きちくわの炒め煮
28	土	ポークカレー	福神漬け	キャベツとコーンのソテー
30	月	鶏肉のごまみりん焼き ごはん	炒り豆腐 味噌汁	白菜のショウガ和え
31	火	昔懐かしのナポリタン太麺	チンゲン菜のツナ和え	味噌汁

