

	昼食	夕食	昼食	夕食	昼食	夕食
5月15日	いわしハンバーグ(甘酢ソース)	チキンステーキ(レモン風味)	鶏肉と野菜の山賊炒め	海鮮チリ炒め	焼肉メンチ	鶏肉のすき煮
	じゃが芋ベーコン炒め	シヤト人参	しろ菜の胡麻和え	なめこ山菜和え	アスパラソテー	
	マーボー茄子	ほうれん草の錦和え	ふんわり玉子のえびあんかけ	蓮根と里芋のおかか煮	大豆とソーセージのトマト煮込み	レンコンのじゃこ煮
	若芽と蒲鉾の酢の物	姫高野の炊き合せ	南瓜サラダ	チンゲン菜と揚げの炒り菜	彩りしんじょの炊き合せ(殺エビ)[4月~6月]	野菜ソテー
	エネルギー 498kcal 塩分 1.6g	エネルギー 466kcal 塩分 1.9g	エネルギー 473kcal 塩分 1.6g	エネルギー 387kcal 塩分 1.1g	エネルギー 569kcal 塩分 2.3g	エネルギー 430kcal 塩分 1.7g
5月16日	親子丼	タコキャベツカツ	白身魚(メル)の蒲焼き(45)	牛肉の味噌生姜煮	韓国風焼肉炒め	アジの生姜煮(50)
	チンゲン菜ときのこのソテー	菜の花のナムル	カリフラワー甘酢和え	コーンとツナのサラダ	柚子大根	花人参
	枝豆とカニカマの煮物	きんぴら	肉詰めいたけ	じゃが芋の鳴門煮	さつま芋の彩り煮	ツナの玉子とじ
	エネルギー 463kcal 塩分 2.2g	エネルギー 473kcal 塩分 1.5g	エネルギー 426kcal 塩分 1.8g	エネルギー 482kcal 塩分 1.0g	エネルギー 422kcal 塩分 1.6g	エネルギー 482kcal 塩分 2.7g
5月17日	白身魚(シルバー)のトマト煮(45)	豚肉と舞茸の生姜焼き	中華オムレツ	黒メバルの煮付け	太刀魚のバジル焼き(45)	鶏肉のチリソース炒め
	青菜のピーナツ和え	切干とベーコンの煮物	パセリ芋	フキの青煮	コールスローサラダ	
	一夜漬(白菜・昆布)	豆腐と野菜の含め煮	青菜のしらす和え	マーボー春雨	大焼売	フルーツみつ豆(寒天入り)
	じゃが芋と鶏肉の炭火焼風炒め	ひじきとさつま揚げの煮物	豚肉のカレーソテー	海老団子の炊き合せ	1 豚肉とタケノコの炒め煮	レンコン肉詰めフライ
	オクラの梅和え	ひじきとさつま揚げの煮物	大根サラダ	一夜漬(キャベツ・人参)	法蓮草のナムル	小松菜の磯和え
	エネルギー 435kcal 塩分 1.2g	エネルギー 511kcal 塩分 2.8g	エネルギー 461kcal 塩分 2.3g	エネルギー 448kcal 塩分 1.7g	エネルギー 589kcal 塩分 1.9g	エネルギー 458kcal 塩分 1.2g
5月18日	ごぼう入り鶏団子煮	サワラの塩焼き(40)	サーモンフライ	豚肉とチンゲン菜の塩ダレ炒め		
	インゲン	ベジタブルサラダ	人参煮(銀杏)	人参煮(銀杏)		
	大根菜とじゃこの炒り煮	茄子の味噌炒め	麩とえのきのさっと煮	筍きんぴら		
	野菜の甘酢炒め	小松菜と厚揚げのピリ辛炒め	ナスの挽肉炒め	けんちん煮		
	かぼちゃソテー	さつま芋と切昆布の煮物	法蓮草のバターソテー	ポテトサラダ		
	エネルギー 417kcal 塩分 1.2g	エネルギー 512kcal 塩分 1.0g	エネルギー 583kcal 塩分 2.0g	エネルギー 442kcal 塩分 1.4g		
5月19日	カレイのみぞれ煮(45)	鶏むね肉とじゃが芋のバジルソテー	牛肉のオイスター炒め	サバのトマト煮		
	オクラのかか和え	法蓮草の三色和え	三色炒め煮	しろ菜のかか和え		
	四色豆腐	ナスのおろし煮	煮合せ(南瓜・椎茸)	ごぼうと蓮根の甘酢和え		
	豚肉のオイスター炒め	こんにゃくきんぴら	チンゲン菜のおひたし	豚じゃが		
	チンゲン菜と干しエビの塩炒め	エネルギー 483kcal 塩分 1.2g	エネルギー 459kcal 塩分 1.5g	春雨とハムのソテー		
	エネルギー 439kcal 塩分 1.2g	エネルギー 483kcal 塩分 1.2g	エネルギー 459kcal 塩分 1.5g	エネルギー 495kcal 塩分 1.7g		
5月20日	牛肉と法蓮草の炒め物	アジの南蛮漬(60)	サワラの甘酢あんかけ(60)	ハヤシライス		
	ひじきとハムの酢の物	菜の花のかか和え	切干大根煮	ミモザサラダ(セパレート)		
	味噌田楽(里芋・焼き豆腐)	肉じゃが	里芋のそぼろ煮	りんごシロップ漬		
	ツナのあっさり煮	金時煮豆	小松菜の辛子和え			
	エネルギー 442kcal 塩分 1.6g	エネルギー 455kcal 塩分 1.1g	エネルギー 490kcal 塩分 1.2g	エネルギー 449kcal 塩分 1.7g		
5月21日	アカウオの磯辺焼き(45)	鶏の唐揚げ	牛とじ煮	サケのチャンチャン焼き(60)		
	つぼ漬	塩枝豆	ごま白和え	菜の花の和え物		
	からし菜のゴマ炒め	ピーマンと竹の子の炒め物	カレービーフン炒め	じゃが芋のコンソメ煮		
	豚肉と大根の煮物	中華うま煮炒め	昆布の佃煮	きのこソテー		
	切昆布煮	小松菜ともやしのナムル	エネルギー 456kcal 塩分 2.4g	エネルギー 448kcal 塩分 1.0g		
	エネルギー 471kcal 塩分 2.8g	エネルギー 470kcal 塩分 1.9g	エネルギー 456kcal 塩分 2.4g	エネルギー 448kcal 塩分 1.0g		

★追加注文・キャンセルなどの変更のご連絡は前日までにお願ひします。店員不在時は留守番電話にご伝言を残してください。