

	昼食	夕食	昼食	夕食	昼食	夕食
5月	牛肉の味噌生姜煮	野菜入りふわふわ豆腐あんかけ	5月	バサのから揚げ甘酢あんかけ	5月	牛肉のオイスター炒め
1日	お魚厚揚げ	マーボー竹輪	2日	鶏大豆	2日	たこザンギ
5日	野菜の山椒風味炒め	親子煮	2日	季節の焼売(筍)[3月~6月]	9日	ブロッコリー
月	里芋の煮物	ひじきと大豆の煮物	日	じゃが芋の鳴門煮	日	菜の花の和え物
月	エネルギー 490kcal 塩分 1.8g	エネルギー 492kcal 塩分 2.3g	月	つぼ漬け	月	大根のあんかけ
5月	カラフトマスの南蛮漬け	チキンカツ	5月	親子丼	5月	エビ団子の炊き合せ
1日	ソナマカロニサラダ	ごぼうサラダ	2日	中華風春雨サラダ	2日	わかめの生姜酢和え
6日	さつま芋のケチャップ煮	キャベツのレモン酢和え	3日	小松菜のお浸し	月	エネルギー 464kcal 塩分 2.2g
日	オクラのごま和え	野菜のクリーム煮	日	昆布のお浸し	月	エネルギー 459kcal 塩分 1.6g
火	エネルギー 511kcal 塩分 1.4g	エネルギー 490kcal 塩分 1.4g	火	エネルギー 459kcal 塩分 1.7g	火	エネルギー 436kcal 塩分 1.3g
5月	豚肉とチンゲン菜の塩ダレ炒め	肉団子と小松菜の甘酢あん	5月	すき焼き風メンチ	5月	豚肉と豆腐の玉子とじ
1日	カニ風味酢の物	筍きんぴら	2日	カリフラワー甘酢和え	3日	無限なす
7日	じゃが芋の旨煮	豚大根	4日	チンゲン菜とカニカマの和え物	0日	じゃが芋と鶏肉の炭火焼風炒め
日	さくら漬け	コールスローサラダ	日	厚揚げの五目炒め	日	三色炒め煮
水	エネルギー 422kcal 塩分 2.8g	エネルギー 469kcal 塩分 1.8g	水	さつま芋のバター炒め	水	エネルギー 435kcal 塩分 1.5g
5月	サワラの西京焼き	チキンと南瓜のシチュー	5月	鶏団子の豆乳煮	5月	照焼つくね
1日	枝豆のおかか和え	大根サラダ(ドレッシング別添え)	2日	キャベツのごま酢和え	月	花さつま
8日	パンパンソーサラダ(ドレッシング別添え)	姫高野の炊き合せ	2日	彩りんじの炊き合せ(桜エビ)[4月~6月]	3日	ミモザサラダ(ドレッシング別添え)
日	さつま芋の肉じゃが風	春菊のお浸し	日	大根菜とじゃこの炒り煮	1日	野菜の甘酢炒め
木	エネルギー 489kcal 塩分 1.5g	エネルギー 430kcal 塩分 1.3g	木	エネルギー 444kcal 塩分 1.3g	日	筑前煮
5月	肉団子のきのこあんかけ	エビ焼売	5月	お魚ハンバーグ	水	さつま芋と切昆布の煮物
1日	チンゲン菜のお浸し	ピーマンソテー	月	白菜の柚子香和え	水	エネルギー 482kcal 塩分 1.4g
9日	大豆のコンソメ煮	野菜の三杯酢	2日	大豆大根	水	エネルギー 473kcal 塩分 1.3g
日	きくらげの酢の物	マーボー茄子	6日	ビーフン炒め	水	
金	エネルギー 478kcal 塩分 2.4g	エネルギー 444kcal 塩分 1.6g	日	チンゲン菜のツナ和え	水	
5月	トマトオムレツ	韓国風焼肉炒め	5月	マーボー南瓜	5月	アジの塩焼き
2日	小松菜のごま和え	ほうれん草とハムのマリネ(ドレッシング別添え)	月	白菜の柚子香和え	月	青菜のピーナッツ和え
0日	肉野菜煮込み	南瓜とじゃこの煮物	2日	大豆大根	月	マーボー春雨
日	スパゲティサラダ	竹輪と昆布の炒り煮	6日	ビーフン炒め	1日	筑前煮
土	エネルギー 459kcal 塩分 1.3g	エネルギー 456kcal 塩分 2.0g	日	チンゲン菜のツナ和え	日	さつま芋と切昆布の煮物
5月	煮込みハンバーグ	豚肉と大根のバター醤油風味	5月	マーボー南瓜	5月	照焼つくね
2日	さつま芋のレモン煮	キャベツのピリ辛漬け	月	インゲンのごま和え	月	花さつま
1日	茄子と厚揚げの照り炒め	田舎煮	2日	チーズオムレツ	3日	ミモザサラダ(ドレッシング別添え)
日	チンゲン菜のソテー	柚子白和え	7日	一夜漬(キャベツ・人参)	1日	野菜の甘酢炒め
日	エネルギー 499kcal 塩分 1.5g	エネルギー 413kcal 塩分 1.4g	日	一夜漬(キャベツ・人参)	日	南瓜ソテー
5月	煮込みハンバーグ	豚肉と大根のバター醤油風味	5月	ホッケの照焼き	5月	アジの塩焼き
2日	さつま芋のレモン煮	キャベツのピリ辛漬け	月	しば漬け	月	青菜のピーナッツ和え
1日	茄子と厚揚げの照り炒め	田舎煮	2日	キャベツのバジルソテー	月	マーボー春雨
日	チンゲン菜のソテー	柚子白和え	8日	肉じゃが	1日	筑前煮
日	エネルギー 499kcal 塩分 1.5g	エネルギー 413kcal 塩分 1.4g	日	ほうれん草のごま和え	日	さつま芋と切昆布の煮物
5月	煮込みハンバーグ	豚肉と大根のバター醤油風味	5月	ホッケの照焼き	5月	アジの塩焼き
2日	さつま芋のレモン煮	キャベツのピリ辛漬け	月	しば漬け	月	青菜のピーナッツ和え
1日	茄子と厚揚げの照り炒め	田舎煮	2日	キャベツのバジルソテー	月	マーボー春雨
日	チンゲン菜のソテー	柚子白和え	8日	肉じゃが	1日	筑前煮
日	エネルギー 499kcal 塩分 1.5g	エネルギー 413kcal 塩分 1.4g	日	ほうれん草のごま和え	日	さつま芋と切昆布の煮物

## 四字熟語 数字編①

問題 □に当てはまる数字を書いて四字熟語を完成させましょう

1. □ □ 刀 両 断

●物事を速やかにきっぱりと決断すること

2. □ □ 面 楚 歌

●周り全てが敵で助けがないこと

3. □ □ 位 □ □ 体

●三つのものが一つに結びつくこと

4. □ □ 分 □ □ 厘

●ほぼ確実なこと、ほとんど間違いのないこと

5. □ □ 客 □ □ 来

●多くの客が来ること

【答え】 1. 一 二 四 3. 三 一 4. 九 九 5. 千 万

★追加注文・キャンセルなどの変更のご連絡は前日五時までに