

昼食		夕食		昼食		夕食		昼食		夕食	
5月1日	鶏肉と里芋のカレー煮	豚肉ときのこのクリーム煮	5月1日	パサのパジル焼き	水炊き風鶏鍋	5月1日	チキンカツ	豚すき			
5月5日	ふろふき大根 野菜のパジル炒め 春菊のごまよこし	タマゴマカロニサラダ がんもの含め煮 高野豆腐のそぼろ煮	5月2日	蒸し鶏とひじきの梅肉和え 大豆・ナス・ピーマンの温サラダ 小松菜の胡麻和え	ミモザサラダ ビーフン炒め ねぎとちくわのぬた	5月2日	温野菜サラダ けんちん煮 はんぺんと春野菜の田舎煮(2月-5月限定)	彩りしんじょう ナスとイタリアン野菜の塩炒め 三色炒め煮			
金	エネルギー 440kcal 塩分 1.7g	エネルギー 482kcal 塩分 2.0g	金	エネルギー 514kcal 塩分 2.8g	エネルギー 435kcal 塩分 1.9g	金	エネルギー 477kcal 塩分 1.6g	エネルギー 455kcal 塩分 1.9g			
5月1日	えび入りカツ	豚肉とナスの味噌炒め	5月2日	豚肉と春菊のオイスター炒め	牛肉とエリンギの玉子炒め	5月3日	豚肉のマヨネーズ風炒め	いかの天ぷらカレー南蛮			
5月6日	ごぼうサラダ さつまいもトマトソース煮 白菜の錦和え	ズッキーニとインゲンのソテー チャーシュー野菜炒め 青菜のソテー	5月3日	大根の煮物洋風仕立て キャベツと鶏肉の華風炒め コンニャクの中華和え	大豆のオリーブ炒め 肉じゃがカレー風味 きくらげの酢の物	5月3日	キャベツとハムの中華炒め 鶏大豆の和風トマト煮 わかめと水くわいの酢の物	里芋とこんにゃくの味噌煮 麩チャンプル ひじきと大豆の煮物			
土	エネルギー 502kcal 塩分 1.8g	エネルギー 447kcal 塩分 2.0g	土	エネルギー 421kcal 塩分 1.8g	エネルギー 517kcal 塩分 2.0g	土	エネルギー 486kcal 塩分 1.9g	エネルギー 461kcal 塩分 1.9g			
5月1日	鶏肉ときのこのトマト煮	イワシの山椒煮	5月2日	若鶏の利休焼き	ホッケの一夜干し焼き	5月3日	あさりの深川煮(井)	油淋鶏			
5月7日	牛蒡の胡麻和え あさりと玉葱の酒蒸し 小松菜と油揚げの煮浸し	ほうれん草のおかか和え きのこの炒り豆腐 じゃが芋のそぼろあんかけ	5月4日	コーン春雨サラダ ヘルシーチンジャオ ひじき煮	きんぴら蓮根 豚肉とゴボウの生姜煮 マカロニのペペロン風	5月3日	蒸し鶏と大根の甘酢サラダ 紅生姜	ブロックりとカニカマのたまごサラダ おでん風煮物 オクラと昆布のたくあんちらし			
日	エネルギー 463kcal 塩分 1.9g	エネルギー 438kcal 塩分 1.6g	日	エネルギー 465kcal 塩分 1.8g	エネルギー 442kcal 塩分 2.4g	日	エネルギー 432kcal 塩分 4.0g	エネルギー 487kcal 塩分 2.3g			
5月1日	和風ハンバーグ	ホイコーロー	5月2日	チキンステーキ(醤油ソース)	豚肉と彩り野菜の柚子風味	5月3日	アサリの深川煮(井)	油淋鶏			
5月8日	南瓜煮 筑前煮 竹輪と昆布の炒り煮	厚揚げの煮物 酢豚風炒め 切干ゆず風味	5月5日	ジャガ芋のスパイス蒸し 野菜の味噌炒め 春雨の酢の物	厚焼き玉子 大根と椎茸の煮物 オクラのおかか和え	5月3日	蒸し鶏と大根の甘酢サラダ 紅生姜	ブロックりとカニカマのたまごサラダ おでん風煮物 オクラと昆布のたくあんちらし			
月	エネルギー 480kcal 塩分 2.5g	エネルギー 456kcal 塩分 1.8g	月	エネルギー 447kcal 塩分 1.3g	エネルギー 416kcal 塩分 1.7g	月	エネルギー 432kcal 塩分 4.0g	エネルギー 487kcal 塩分 2.3g			
5月1日	牛とじ煮	焼肉メンチ	5月2日	豚肉とえのきのトマトソース炒め	関西風オムレツ	5月3日	アサリの深川煮(井)	油淋鶏			
5月9日	青菜の彩り和え 豆腐しんじょうの炊き合せ 大根のエビあんかけ	ビビンバソテー 大根のうま煮 れんこんの生姜炒め	5月6日	切干とベーコンの煮物 茄子のそぼろ煮 春菊のお浸し	チンゲン菜ときのこのソテー 根菜の五目煮 ひじきサラダ	5月3日	蒸し鶏と大根の甘酢サラダ 紅生姜	ブロックりとカニカマのたまごサラダ おでん風煮物 オクラと昆布のたくあんちらし			
火	エネルギー 471kcal 塩分 1.7g	エネルギー 482kcal 塩分 1.8g	火	エネルギー 465kcal 塩分 2.0g	エネルギー 431kcal 塩分 1.6g	火	エネルギー 432kcal 塩分 4.0g	エネルギー 487kcal 塩分 2.3g			
5月2日	スケソウダラの照焼き	蓮根と鶏肉の煮物(カレー風味)	5月7日	白菜と豚肉のうま煮	牛肉のネギ塩炒め	5月3日	アサリの深川煮(井)	油淋鶏			
5月3日	きのこちくわの和風ソテー ハムと玉葱の玉子とじ チンゲン菜ともやしナムル	ツナのあっさり煮 豚肉とこんにゃく炒め しっとり卵の花	5月8日	厚揚げのかか煮 ポトフ風 マカロニサラダ	里芋のそぼろあんかけ ポークビーンズ ほうれん草と人参の黒オリーブ入りサラダ	5月3日	蒸し鶏と大根の甘酢サラダ 紅生姜	ブロックりとカニカマのたまごサラダ おでん風煮物 オクラと昆布のたくあんちらし			
水	エネルギー 447kcal 塩分 1.7g	エネルギー 430kcal 塩分 1.8g	水	エネルギー 460kcal 塩分 1.8g	エネルギー 497kcal 塩分 2.1g	水	エネルギー 432kcal 塩分 4.0g	エネルギー 487kcal 塩分 2.3g			
5月1日	豚肉とチンゲン菜のピリ辛炒め	洋風ロールキャベツ(トマトソース)	5月9日	ハンバーグデミグラスソース	豚肉とキャベツのにんにく味噌炒め	5月3日	アサリの深川煮(井)	油淋鶏			
5月2日	シェルマカロニのペペロン風 茄子とオクラのトマトソース煮 ワカメの土佐酢和え	大学芋 四色豆腐 白菜の中華マリネ	5月10日	ニンニクの芽とこんにゃくの味噌炒め あさりと野菜の炒め煮 枝豆の白和え	さつまいもサラダ 鶏団子と牛蒡の中華あんかけ 大根の利休和え	5月3日	蒸し鶏と大根の甘酢サラダ 紅生姜	ブロックりとカニカマのたまごサラダ おでん風煮物 オクラと昆布のたくあんちらし			
木	エネルギー 423kcal 塩分 1.9g	エネルギー 428kcal 塩分 1.5g	木	エネルギー 488kcal 塩分 2.9g	エネルギー 517kcal 塩分 1.8g	木	エネルギー 432kcal 塩分 4.0g	エネルギー 487kcal 塩分 2.3g			

★追加注文・キャンセルな
 どの変更のご連絡は
前日14時までにお願いしま
 す。店員不在時は
 留守番電話にご伝言を
 残してください。