

🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸 **しまた川苑通所献立表【常食】（令和8年 5月後半）** 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

18 (月)	さごしの 梅肉焼き	明太スパソテー 大根サラダ 冬瓜の煮付 ご飯	25 (月)	ホキの蒲焼風	炊き合わせ 大根なます 里芋の煮付 ご飯
19 (火)	肉団子の 甘酢あん	菜種和え えびしゅうまい ご飯	26 (火)	鶏肉の 塩から揚げ	ゆでブロッコリー(マヨ) 春雨酢物 白菜の煮付 ご飯
20 (水)	鮭の生姜焼き	ごぼうの炒め煮 コールスローサラダ かぼちゃの煮付 ご飯	27 (水)	あじの南蛮風	れんこんの金平風 棒々鶏サラダ じゃがいもの煮付 ご飯
21 (木)	チャンポン	炊き込みご飯 パイン	28 (木)	カレーうどん	かおりご飯 フルーツ寒天
22 (金)	ミートローフ	キャベツのじゃこ炒め オクラ和え 煮込 ご飯	29 (金)	赤魚の 塩麹焼き	さつま芋のレモン煮 もやしのナムル キャベツの煮付 ご飯



5月



※材料の関係等で献立を変更する事があります。ご了承下さい。
※カロリーは、平均 500~600kcalです。