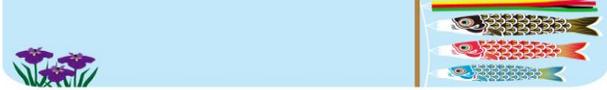


令和 6年 5月度 やっとかめ献立表

月はしらのきずはおとしの〜♪ 初夏です。さっぱりしたものが食べたくりますが、しっかり食べて元気に過ごしましょう。



<p>1日(水)</p> <p>鶏となすの照り焼き オクラと玉葱の味噌和え 水菜とお揚げの煮浸し 味噌汁・オレンジ プリン</p>		<p>2日(木)</p> <p>ヘルシー酢豚 海老シュウマイ 春雨サラダ かきたま汁・杏仁豆腐 柏餅</p>		<p>3日(金) ㊦</p> <p>ぶりの西京味噌漬け焼き 若竹煮 炒り豆腐 貝汁・黄桃 ちまき</p>		<p>4日(土) ㊦</p> <p>誕生日会 お祝い天ぷら 茶碗蒸し かにもずく 赤飯・吸い物・メロン ロールケーキ</p>					
<p>6日(月) ㊦</p> <p>白身魚の南蛮漬け 筑前煮 茄子とベーコン炒め 味噌汁・キウイ 今川焼</p>		<p>7日(火)</p> <p>ちらし寿司 アボカドタルタルサラダ パプリカおかか醤油和え あら汁・キウイ チョコ蒸しパン</p>		<p>8日(水)</p> <p>三色そばろ 金平ごぼう 明太スパサラダ けんちん汁・みかん 苺のパウンドケーキ</p>		<p>9日(木)</p> <p>特製カレー トマト春雨サラダ 五目おから けんちん汁・バナナ なごやん</p>		<p>10日(金)</p> <p>おやつ作り チンジャオロース 切干とじゃこ煮 チョレギサラダ 味噌汁・ヨーグルト</p>		<p>11日(土)</p> <p>あじの塩焼 お麩と胡瓜のゴマ酢和え 小松菜の塩チャンプルー 豚汁・キウイ ブルーベリーマフィン</p>	
<p>13日(月)</p> <p>キノコのキッシュ 肉じゃが 豆腐とカニカマとろみ煮 かぼちゃスープ・白桃 アップルパイ</p>		<p>14日(火)</p> <p>棒棒鳥 オイスター焼きそば 南瓜と根菜煮 中華スープ・杏仁豆腐 フレンチトースト</p>		<p>15日(水)</p> <p>鱈の幽庵焼き ひき肉と茄子ケチャ炒め ふきと練り物煮 貝汁・洋梨 あん団子</p>		<p>16日(木)</p> <p>海老フライ 筑前煮 玉葱と麩の卵とじ クラムチャウダー・ライチ 生クリームパウンドケーキ</p>		<p>17日(金)</p> <p>たらのマヨオニ焼き 厚揚げきのこだしかけ 人参と大根のそばろ煮 キャベツスープ・パイン 珈琲ゼリー</p>		<p>18日(土)</p> <p>やっとかめ喫茶 プルコギ 胡瓜と若芽の酢の物 五目おから かきたま汁・洋梨</p>	
<p>20日(月)</p> <p>鮭のムニエル 切昆布五目煮 桜えびともやし炒め クラムチャウダー・洋梨 カボチャ蒸しパン</p>		<p>21日(火)</p> <p>煮込みハンバーグ 五目ひじき煮 塩昆布ポテサラ コーンスープ・白桃 よもぎ白玉</p>		<p>22日(水)</p> <p>豚と玉葱オイスター炒め 小松菜と厚揚げ煮 じゃこおろし 味噌汁・オレンジ 黒糖蒸しパン</p>		<p>23日(木)</p> <p>若葉祭り 松花堂弁 当 お楽し みに!</p>		<p>24日(金)</p> <p>鶏と根菜のさっぱり煮 高野の甘辛照り焼き 明太ポテサラ 味噌汁・ライチ 大福</p>		<p>25日(土)</p> <p>ハヤシライス 長芋の梅肉和え コールスローサラダ けんちん汁・キウイ バームクーヘン</p>	
<p>27日(月)</p> <p>回鍋肉 小松菜とシメジ海苔和 出し巻き玉子 味噌汁・オレンジ たこ焼き</p>		<p>28日(火)</p> <p>かれいの甘酢餡かけ トマトとチーズのおかか和え 茄子とじゃこの甘辛煮 味噌汁・パイン バナナケーキ</p>		<p>29日(水)</p> <p>とろとろ卵のエビチリ 豚とピーマンしそ炒め インゲンとヒジキの白和え 野菜スープ・バナナ 抹茶白玉アイス添え</p>		<p>30日(木)</p> <p>豚肉のみそ生姜焼き もやしナポリタン 法蓮草のなめ茸和え にゅう麺・白桃 さつま芋蒸しパン</p>		<p>31日(金)</p> <p>メバルの煮つけ ゼンマイ煮 大根と茗荷の酢の物 豚汁・いちご プリン</p>			