



5日 こどもの日行事食
 18日 ワークショップ上野幌
 リクエストメニュー
 20日 セレクトメニュー
 25日 ホープスリクエストメニュー
 27日 パンの日

《 ワークショップ上野幌 5月の月間献立表 (昼食) 》

日曜日	月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日	木曜日 5日	金曜日 6日	土曜日 7日
	チャーハン イカリングフライ 春雨サラダ 中華スープ	ごはん さばの山椒焼き 南瓜のそぼろあん ほうれん草とかまぼこの和え物 オレンジ (1/4)	肉うどん ミニおにぎり(わか刈ハ) かぶの梅和え 水羊羹	ごはん 豚肉の生姜焼き 五目大豆 おくらのじゃこ和え 味噌汁 (卵・万能ねぎ)	フィレオフィッシュ風サンド フライドポテト イタリアンサラダ3 トマトのスープ 子供の日デザート	ごはん さわらの照焼 肉じゃが いんげんのごまみそ和え りんご (1/4)
	9日	10日	11日	12日	13日	14日
	ジャージャーめん 焼ギョーザ 寒天サラダ 牛乳	ごはん 鮭のチャンチャン焼 大根のそぼろ煮 おくらの三杯酢 りんご (1/4)	ハヤシライス 彩りエビサラダ 牛乳 キウイフルーツ (1/2)	豚キムチ丼 きのこのガーリックソテー きゅうりの梅昆布和え オレンジゼリー	ごはん 鶏肉のネギ塩レモンソース ひじき煮 トマトのじゃこ和え 味噌汁 (高野豆腐・絹さや)	ごはん 白身魚のゆかり揚げ 厚揚げと小松菜の炒め物 里芋のごま和え バナナ (1/2本)
	16日	17日	18日	19日	20日	21日
	しらすと枝豆のおかかごはん ローストチキン 茄子の煮びたし 白菜と三つ葉のゆず和え 味噌汁 (厚揚げ・絹さや)	ごはん いかの中華炒め チリコンカン レタスとじゃこのおかか和え みかん缶	カレーうどん いなり寿司 いんげんのごま和え 苺ババロア	牛丼 花野菜のクリーム煮 酢のもの (きゅうり・くらげ) 味噌汁 (庄内麩・えのき)	ごはん ★鶏のからあげ ☆鶏の海苔塩から揚げ ひじき煮 小松菜としめじのおろし和え りんご (1/4)	ごはん カレイの煮付け かぼちゃのクリーム煮 蒸し鶏のからしあえ キウイフルーツ (1/2)
	23日	24日	25日	26日	27日	28日
	赤かぶ青菜ご飯 豚肉の味噌漬け焼き ふきの炒め煮 れんこんとしらすの梅和え バナナ (1/2本)	ごはん 白身魚の薬味ソースがけ 厚揚げといんげんの煮物 もやし中華和え パイン缶	醤油ラーメン 春巻き グリーンサラダ ミルクプリン	コリアンミートライス エリンギのオイスター煮込み 白菜とかまぼこの和え物 ワンタンスープ	メロンパン 鶏肉のマスタードソース ラタトゥイユ ヨーグルトあえ	ごはん ホッケフライ 根野菜の煮物 きゅうりの梅みりん和え りんご (1/4)
	30日	31日				
	ビーフカレー トマトサラダ2 牛乳 キウイフルーツ (1/2)	ごはん 鮭のマヨネーズ焼 炒り鶏 ほうれん草とひじきのごま和え 白桃缶				

※都合により、献立を一部変更する場合がありますがご了承ください。