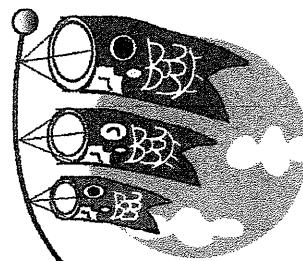


5月の献立予定表

2019年5月



令和

よろしく
これからも
お願いします。
令和元年。

		1		2		3		4									
6	月	・厚揚げの野菜あんかけ ・焼き魚 ・しめじとベーコンのサラダ ・もやしのカレー炒め ・胡瓜のお漬物	7	火	・魚の南蛮漬け ・根菜の煮物 ・マカロニサラダ ・青菜の海苔和え ・大学芋	8	水	・豚肉の野菜巻きフライ ・鶏肉入り若竹煮 ・青菜の煮浸し ・春雨の酢物 ・一口がんも	9	木	・白身魚の薬味ソース ・じゃが芋のそぼろ煮 ・青菜と茸の炒め物 ・糸コンの明太子和え ・お漬物	10	金	・鮭とコーンのマヨネーズ焼き ・切干し大根とさつま揚げの煮物 ・里芋の田楽 ・青菜のポン酢和え ・ミートボール	11	土	・鶏つくねの甘辛煮 ・海老の天ぷら ・ぜんまいの煮物 ・わかめの酢物 ・ゼリー
13	月	・豚肉の胡麻だれ ・白身魚の黄金焼き ・南瓜の煮物 ・青菜の海苔和え ・昆布の佃煮	14	火	・肉団子と野菜の煮物 ・焼き魚 ・ひじき入りサラダ ・青菜のおかか和え ・しゅうまい	15	水	・煮魚(青菜添え) ・竹輪の磯辺揚げ ・豚肉とごぼうの味噌炒め ・もやしの胡麻ポン酢和え ・煮豆	16	木	・揚げ茄子のあんかけ ・焼き魚 ・青梗菜の中華風和え物 ・卵焼き ・お漬物	17	金	・煮込みハンバーグ ・がんもどきの煮物 ・野菜入りスパゲティー ・ぽてじやこサラダ ・青菜の胡麻和え	18	土	・鶏のオーブン焼き ・青梗菜のアサリあんかけ ・南瓜のサラダ ・蒟蒻と椎茸の甘辛煮 ・お漬物
20	月	・魚のカレームニエル ・高野豆腐の卵とじ ・スナップエンドウとコーンのソテー ・切り昆布の煮物 ・キャベツの梅ソース	21	火	・豆ごはん ・鶏のから揚げ ・筑前煮 ・青菜の煮浸し ・春雨の酢物 ・お漬物	22	水	・麻婆茄子 ・焼き魚 ・ポテトサラダ ・青菜の海苔和え ・お漬物	23	木	・ヒレカツ ・車麩の煮物 ・リーセージと野菜のカレー炒め ・山芋と胡瓜の梅肉和え ・パイン缶	24	金	・豚肉のオイスターソース炒め ・豆腐の落とし揚げ ・南瓜の煮物 ・わかめの酢物 ・いんげんの味噌和え	25	土	・揚げ出し豆腐 ・白身魚の胡麻味噌焼き ・切干し大根の煮物 ・ピーマンのジャコ炒め ・胡瓜の生姜酢
27	月	・鯵の南蛮漬け ・肉じゃが ・焼き茄子の味噌かけ ・青菜の海苔和え ・抹茶寒	28	火	・八宝菜 ・赤魚の味噌漬け ・千草焼き ・きんぴらごぼう ・お漬物	29	水	・袋煮 ・焼き魚 ・ぜんまいの煮物 ・キャベツと竹輪の酢味噌和え ・いんげんの胡麻和え	30	木	・煮魚(ごぼう添え) ・鶏肉のクリーム煮 ・人参サラダ ・青菜のおかか和え ・煮豆	31	金	・コロッケ ・焼き魚 ・ひじきの煮物 ・錦糸卵入り酢物 ・お漬物	社会福祉法人グリーンコープ 配食サービス		
※カロリー計算を「おかず」のみ★印で表示します。 ★ 200~299キロカロリー ★★ 300~349キロカロリー ★★★ 350~399キロカロリー ★★★★ 400~449キロカロリー ★★★★★ 450~549キロカロリー										※ご飯は290キロカロリーです							
◎献立は、その日の仕入れの都合により変更になる場合がございます。 ◎お弁当は午後8時迄に、お召し上がり下さいませ。 ◎変更是前日の午後5時までに。※月曜日の変更是土曜日の午後5時までに。届かない場合は午後6時迄にご連絡下さい。										※ご飯は290キロカロリーです							
33ヶ 調理場:福津市役所福間庁舎前 ☎ 42-8848																	