





令和3年5月予定献立表



東日暮里サービスセンター

月	火	水	木	金	土
栄養だより					1
<p>5月5日は端午の節句です 「端午（たんご）」とは「月の端（はじめ）の牛（うま）の日」という意味で、「節句」とは季節の節目のことです。 本来厄払いの行事であり、厄払いに使う菖蒲が武道を重んじる「勝負」「尚武」に通じ、菖蒲の葉が剣を連想させることから、男の子の健やかな成長と出世を願う行事になったと言われています。</p>					お赤飯 味噌汁 鶏肉の柚子胡椒焼き 卵とじ 人参サラダ 果物 コーヒーゼリー
		5	6	7	8
		カレーライス スープ ツナサラダ 杏仁豆腐 クッキー	ご飯 味噌汁 鶏肉の野菜蒸し 切り昆布の煮物 磯辺和え 果物 クッキー	親子丼 味噌汁 ぎせい豆腐 コールスローサラダ 果物 錦玉かん	ご飯 スープ ホイコーロー 切干大根の煮物 ポテマカサラダ 果物 錦玉かん
10	11	12	13	14	15
炊き込みご飯 かきたま汁 豆腐ステーキ ピーナッツ和え 果物 抹茶パバロア	ご飯 味噌汁 肉団子のトマト煮 大根の金平風煮 マセドアンサラダ 果物 抹茶パバロア	ご飯 けんちん汁 鮭のきのこマヨ焼き ひじきの煮物 酢の物 果物 水ようかん	ご飯 スープ カレイの青海苔焼き 南瓜のいとこ煮 酢味噌和え 果物 水ようかん	ゆかりご飯 すまし汁 ヒレカツ チャンプルー かぶと朝さやのサラダ 果物 ごまミルクゼリー	ご飯 味噌汁 アジの梅じそ揚げ 大根の煮物 春雨サラダ 果物 ごまミルクゼリー
17	18	19	20	21	22
ご飯 スープ 豚肉の味噌炒め じゃが芋の煮物 梅肉和え 果物 おやつ作り	ご飯 スープ さわらの葱味噌焼き 厚揚げの煮物 おかか和え 果物 おやつ作り	ご飯 味噌汁 さばの塩焼き ジャーマンポテト 甘酢和え 果物 オレンジゼリー	ご飯 味噌汁 アジの南蛮漬け 筑前煮 なめこおろし和え 果物 オレンジゼリー	ご飯 味噌汁 マカロニグラタン 高野豆腐の煮物 人参サラダ 果物 抹茶あんこ巻き	ご飯 ニラ卵スープ 麻婆茄子 煮浸し くるみ和え 果物 抹茶あんこ巻き
24	25	26	27	28	29
ご飯 味噌汁 白身魚の生姜焼き 伏見卵 レモン醤油和え 果物 ロールケーキ	ご飯 味噌汁 鮭の梅煮 ニラともやしの卵炒め 南瓜サラダ 果物 りんごゼリー	三色丼 すまし汁 炊き合わせ ごま酢和え 果物 りんごゼリー	ご飯 味噌汁 白身魚のカレームニエル かぶの煮物 梅ドレサラダ 果物 ロールケーキ	ご飯 スープ 豚肉の生姜焼き 切干大根の煮物 ごま味噌和え 果物 サンドイッチ	ご飯 すまし汁 さわらのもと焼き 五目煮豆 だし浸し 果物 サンドイッチ
31					
あんかけ焼きそば スープ ゆかり和え 果物 コーヒーゼリー					

入庫の都合により多少の変更もございますが、ご了承ください。