

2022年 5月の食材メニュー（和みコース）



Aコース	6日（金）
Bコース	7日（土）
直火焼国産鶏ハラミ（味付）	
ふわとろデミソースオムライス	
メバル煮付	
彩野菜のおかか和え	
ミニエクレア	

5/8
母の日

Aコース	9日（月）
Bコース	10日（火）
豚肉の和風おろしソース	
ひとくちコーンフライ	
サケ西京焼	
柑橘大根なます	

Aコース	11日（水）
Bコース	12日（木）
鶏肉の西京焼き	
ごぼうと人参の土佐煮	
レンジで焼き魚真ほっけ	
北の大豆もめん豆腐	

Aコース	13日（金）
Bコース	14日（土）
国産豚肉の玉ねぎソース	
やいづ揚げしらす	
ブリ生姜煮	
あさひ納豆国産極小粒	

Aコース	16日（月）
Bコース	17日（火）
南蛮たれチキンカツ	
玉子焼き	
海鮮ぶっかけ丼（えび）	
いつものおみそ汁 贅沢ほうれん草と湯葉	

Aコース	18日（水）
Bコース	19日（木）
おかずセット （カレイの野菜あんかけ）	
はるさめの炒め物 （鶏ひき肉・野菜入り）	
ひとくち野菜焼売	

Aコース	20日（金）
Bコース	21日（土）
冷しとろろうどん	
レンジでビーフコロケ	
3種の野菜とさばのサラダ	

Aコース	23日（月）
Bコース	24日（火）
若鶏の塩こうじ焼き	
新潟産なめ茸	
イカと大根の煮物	
白胡麻豆腐こだわりみそたれ付	

Aコース	25日（水）
Bコース	26日（木）
豚肉のプルコギ風炒め	
海藻たっぷりの佃煮	
赤魚白醤油焼	
国産小粒納豆	

Aコース	27日（金）
Bコース	28日（土）
レンジで簡単国産鶏竜田揚げ	
豚肉と大豆のトマト煮	
骨までやわらかさんまの煮付	
北の大豆濃厚おぼろとうふ （タレ付）	

Aコース	30日（月）
Bコース	31日（火）
なすと豚肉の生姜炒め	
かぼちゃのしんじょ （そぼろ和え）	
ねぎとろ	
中華くらげ	

