

そよかぜ メニュー表 令和元年 5月 1日(水) ~ 5月 4日(土)



		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
昼食		<ul style="list-style-type: none"> • きつねうどん • かぼちゃの煮物 • ごまあえ • 焼き肉風手巻き寿司 	<ul style="list-style-type: none"> • 焼き魚 • 高野豆腐の煮物 • からしあえ • みそ汁 	憲法記念日	みどりの日
夕食		※16時閉所	※16時閉所		

そよかぜ メニュー表 令和元年 5月 7日(火) ~ 5月 11日(土)



	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏天 ・酢の物 ・ゴマ和え ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・塩焼きそば ・ゆかり和え ・しゅうまい ・スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・魚フライ ・マカロニサラダ ・酢の物 ・みそ汁 	<p>★そよかぜクッキング</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スペイン風オムレツ ・スープ ・デザート 	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉ともやしの炒め物 ・おくらのおひたし ・冷奴 ・みそ汁
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ・ぶりの塩焼き ・じゃがいもとひじきの煮物 ・おかか和え ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉のトマト煮 ・豆腐サラダ ・おひたし ・フルーツ 	<p>★夕方カレーの日</p>	<p>☆MANBOU 食事会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・竹の子ご飯 ・カツオのたたき ・ごま和え ・あさりのみそ汁 ・デザート 	

そよかぜ メニュー表 令和元年 5月 14日(火) ~ 5月 18日(土)



	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> 豚肉のしょうが焼き おひたし ポテトサラダ みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ポークソテー はんぺんの煮物 青菜とコーンの炒め物 みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> 焼き魚 きんぴら 寒天の和え物 みそ汁 	<p>★そよかぜクッキング</p> <ul style="list-style-type: none"> サケとじゃがいものミルク煮 パン 	<ul style="list-style-type: none"> キムチ炒め スパサラダ 焼はんぺん スープ
夕食	<ul style="list-style-type: none"> 煮魚 筑前煮 海草サラダ みそ汁 	<p>第 3 水 曜 日 ※16時閉所</p>	<p>★夕方カレーの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> 焼肉風炒め 春雨サラダ 竹の子の煮物 みそ汁 	

そよかぜ メニュー表 令和元年 5月 21日(火) ~ 5月 25日(土)



	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・豚肉のピカタ ・冷奴 ・マカロニサラダ ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・肉豆腐 ・ごぼうサラダ ・おひたし ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ★アレンジカレーデー 	<ul style="list-style-type: none"> ★そよかぜクッキング ・みそカツ丼 	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・野菜サラダ ・フルーツ
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ・チンジャオロースー ・コーンのサラダ ・中華風冷奴 ・スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・冷やしうどん ・肉きんぴら ・おひたし ・フルーツ 	/	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏の照り焼き ・ごま和え ・ツナポテトサラダ ・みそ汁 	/

そよかぜ メニュー表 令和元年 5月 28日(火) ~ 5月 31日(金)



	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉のしぐれ煮 ・スパサラダ ・ちくわとこんにゃくの煮物 ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・煮魚 ・きのこ玉ねぎの炒め物 ・酢みそあえ ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・焼うどん ・カニカマサラダ ・みそ汁 ・フルーツ 	<ul style="list-style-type: none"> ★そよかぜクッキング ・ナポリタン焼きそば 	
夕食	<ul style="list-style-type: none"> ・ホイコーロー ・しゅうまい ・卵豆腐 ・スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・つくねの照り焼き ・大根サラダ ・ひじきの煮物 ・みそ汁 	<ul style="list-style-type: none"> ★夕方カレーの日 	<ul style="list-style-type: none"> ・塩肉じゃが ・酢の物 ・ニラ卵炒め ・みそ汁 	