

5月の献立表

日	月	火	水	木	金	土	
	1 ご飯 八宝菜 春雨サラダ いんげん胡麻味噌煮 わかめスープ フルーツ杏仁 クリームコンフェ	2 ご飯 鶏のクリーム煮 グリーンサラダ 大根ツナ煮 コンソメスープ 洋梨缶 ドームケーキ	3 ご飯 鰯のかば焼き もずく酢 ごぼう時雨煮 味噌汁 カルピスゼリー 薄皮パン	4 ご飯 鶏の黒酢煮 キャベツ香味和え 茄子味噌炒め のっぺい汁 りんご 焼きドーナツ	5 しらすの散らし寿司 青梗菜辛子和え 野菜角煮 清まし汁 紅茶ゼリー ミニたい焼き	6 ご飯 牛山椒炒め おろし和え スナッフソーセージ煮 味噌汁 フルーツポンチ 和のパンケーキ	
	7 衣笠丼 白菜のお浸し 筍の金平 赤だし 抹茶ムース ポエム	8 筍のおこわ 鯖の木の芽焼き もやしと胡瓜の酢の物 卵の花 清まし汁 あんみつ 薄皮饅頭	9 ご飯 ハンバーグ 茄子生姜醤油和え 小松菜スープ煮 味噌汁 メロン 酒饅頭	10 ご飯 タンドリーチキン いんげん胡麻和え マカロニソテー トマトスープ 桃缶 抹茶饅頭	11 ゆかりご飯 肉うどん ピーマンしらす和え えびしゅうまい 温泉卵 コーヒーゼリー パナナカステラ	12 ご飯 豚アスパラ炒め ブロッコリーの白和え 切干大根炒り煮 味噌汁 みかん缶 スイートポテト	13 パエリア風炊込みご飯 タコのマリネ スペイン風オムレツ ニンニクのスープ ぶどうゼリー さつま芋蒸し
	14 ご飯 鶏の焼き浸し アスパラ辛子マヨ和え れんこん甘辛煮 味噌汁 オレンジ 蒸しケーキ	15 ご飯 揚げだし豆腐 胡瓜もろみ和え 金平ごぼう 味噌汁 ミックスフルーツ バウムクーヘン	16 稲荷寿司 巻き寿司 オクラゆかり和え 筑前煮 赤だし 牛乳かん ミニワッフル	17 ご飯 牛マスタード炒め キャベツのり和え 小松菜カニ煮 味噌汁 りんご缶 シフォンケーキ	18 ご飯 ベーコンコロック 大根サラダ 白菜コンソメ煮 豆乳スープ ダイスゼリー カットロール	19 菜飯 五目ラーメン 胡瓜らっきょ和え カレイの唐揚げ つぶつぶみかんゼリー ロールちゃん	20 ご飯 鶏つくね焼き 春雨の酢の物 キムチ炒め 豚汁 メロン プチクレープ
21 チキンライス ホキフライタルタル ポテトサラダ ほうれん草ソテー コンソメスープ マスカットゼリー 抹茶しぐれ	22 ご飯 鶏味噌漬け焼き 小松菜なめ苺和え キャベツのしらす炒め そうめん汁 フルーチェ たまご饅頭	23 ご飯 厚揚げそぼろ炒め 白菜和風和え 南瓜黒糖煮 味噌汁 小倉ムース 三角蒸し	24 ご飯 豚すき煮 ぜんまいナムル 炒り卵 味噌汁 オレンジ 今川焼き	25 ご飯 赤魚の煮付け ビーフン和え 青梗菜中華炒め 味噌汁 洋梨缶 ポエム	26 ご飯 治部煮 真砂和え キャベツ土佐煮 味噌汁 メロン ゆめパン	27 洋風散らし寿司 茄子のボン酢和え もやし香味炒め 清まし汁 小豆寄せ 桃山	
28 ご飯 ミートローフ フレンチサラダ 野菜の洋風炒め 味噌汁 夏みかん缶 アーモンドスペシャル	29 お豆のカレー 盛り合わせサラダ エビカツ りんごヨーグルト パンケーキ	30 ご飯 鮭粕漬け焼き 小松菜レモン和え 豚バラ大根 味噌汁 ぶどう缶 デニッシュ	31 生姜ご飯 きつねうどん スナッフ昆布和え 大学芋 ほうじ茶ムース バウンドケーキ	木々の緑が眩しい季節になりました。 今月の世界のお料理はスペイン料理です。 近年、スペインバル人気もあいまって スペイン料理（スパニッシュ）に注目が集まっています。 味のベースにニンニクとオリーブオイルが用いられ、 ソースに凝るのではなく新鮮な素材そのものを味わうお料理が多いことが特徴です。 日本でもおなじみの「パエリア」は スペイン東部に稲作が伝えられたことから生まれたお料理です。			