

2023年

5月



日	月	火	水	木	金	土
	1 コーンとツナの炊き込みご 飯弁当 フライ ごぼうサラダ	2 豚丼弁当 煮物 にんじんサラダ	3 憲法記念日 休み	4 みどりの日 休み	5 こどもの日 休み	6
7	8 ミートボール弁当 白菜と小松菜和え 豆腐とひじき煮の炒り 煮	9 魚弁当 肉じゃが 和え物	10 ザンタレ弁当 レタスサラダ	11 トマトパスタ弁当 ミニおにぎり 枝豆	12 カレーピラフ弁当 小松菜炒め いももち	13
14	15 もち麦ご飯弁当 切り干し大根 ごぼう天	16 のり弁当 きんぴら 魚フライ	17 鶏もも肉の和風ステー キ弁当 キャベツサラダ ポテト	18 揚げ出し豆腐弁当 大根煮	19 カツ丼弁当 漬物 ナムル	20
21	22 ザンギ弁当 ほうれん草のバター炒 め パスタ	23 カレーうどん弁当 茹で野菜の甘酢和え ミニおにぎり	24 マーボー春雨弁当 ブロッコリーフライ ワカメの酢物	25 野菜炒め弁当 かき揚げ レンコンきんぴら	26 目玉焼き弁当 塩昆布キャベツ和え パンネ	27
28	29 カレー豆腐弁当 シュウマイ 大根ナムル	30 タコライス弁当 かぼちゃグラッセ サラダ	31 イカフライ弁当 炒めビビンバ しらす和え	1	2	3

※副菜はその日の都合により変更があります。

*

