

【5月】野菜がとれるおかずセット

	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
なごやかA			メンチカツ	さばの照り焼き	キーマカレー	味噌ごま炒り豆腐
なごやかB			たらのチリソース	カツの八丁味噌ソースだれ	鶏肉の柚こしょう焼き	メルルーサのパセリ衣揚げ
満菜			チキンカレー	さばの塩焼きと根菜入り鶏つくね	たらの彩り甘酢あん	
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
なごやかA	肉豆腐	磯辺フライ	豚肉のしょうが焼き	たらのバジルトマトソース	鶏肉と白菜の柚子味噌あんかけ	さばの煮付け
なごやかB	鶏肉の西京焼き	豚肉のみそ漬け焼き	麻婆豆腐	鶏肉の卵とじ	さわらの粕漬け焼き	豆腐ハンバーグ大根おろしソース
満菜	トマトソースハンバーグ	いかのオイスターソース	チキン南蛮	チキンステーキのねぎ塩だれ	バターチキンカレー	
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
なごやかA	牛肉の韓国風ピリ辛炒め	さわらの煮付け	鶏肉の塩麹焼き	チンジャオロース	ビーフハヤシ	肉じゃが
なごやかB	たらの柚子粕漬け焼き	キーマカレー	揚げ高野豆腐の肉みそあんかけ	牛肉の肉豆腐	赤魚の甘辛煮	あじメンチ
満菜	海老のチリソース、ニラの玉子とじ	八宝菜	四川風麻婆豆腐	大根おろしソースハンバーグ	肉豆腐	
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
なごやかA	赤魚の煮付け	酢豚	チキンカツのおろしあん	豚肉のクリームシチュー	ハンバーグのデミグラスソース	豚肉のしょうが焼き
なごやかB	とんかつ	彩り野菜と牛肉煮(塩だれ)	さばの味噌煮	鶏肉の水炊き風	味噌ごま炒り豆腐	えびカツ
満菜	チンジャオロース	チキンカツの玉子とじあん	鶏肉と野菜の黒酢あん	ホイコーロー	鶏肉のから揚げ	
	27日	28日	29日	30日	31日	6月1日
なごやかA	麻婆豆腐	さばの西京焼き	肉じゃが	豚肉と木耳の玉子炒め	鶏肉の照り焼き	牛肉とピーマンの炒め物
なごやかB	豚肉の照り焼き	揚げだし豆腐の野菜あんかけ	鶏肉の玉子とじ	かじきフライとアジフライ	厚揚げのそぼろあん	赤魚の粕漬け焼き
満菜	肉じゃが	デミグラスソースハンバーグ	キーマカレー	豚肉のしょうが焼き	油淋鶏	