

5月メニュー表

特養・ショートステイ

		1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	
 母の日 母に敬意と感謝を表す日と言われて います。アメリカで始まったそうです。 5月の第2日曜日に赤いカーネーション をお母さんに贈りましょう ♡♡♡	朝食	◎基本メニュー ご飯 ブロッコリーのソテー スパゲティサラダ 味噌汁 422 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とさつま揚げ 中華サラダ 味噌汁 420 kcal	◎基本メニュー ご飯 鮭の生姜焼き 菜の花の和え物 味噌汁 354 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵のオイスター炒め エビサラダ 味噌汁 423 kcal	◎基本メニュー ロールパン・クロワッサン 和風巣ごもり卵 ポテトサラダ 南瓜のポタージュ 549 kcal	
	昼食	◎パン 食パン ブロッコリーのソテー スパゲティサラダ コンソメスープ 412 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 卵とさつま揚げ 中華サラダ コンソメスープ 459 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 鮭の生姜焼き 菜の花の和え物 コンソメスープ 336 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 卵のオイスター炒め エビサラダ コンソメスープ 411 kcal		
夕食	ご飯 かれいの煮つけ 付) いんげん 里芋の胡麻味噌煮 カリフラワーサラダ すまし汁 484 kcal	ご飯 鶏肉のトマト煮 スパゲティソテー 大根サラダ コンソメスープ 586 kcal	ご飯 ビーフシチュー マカロニサラダ コンソメスープ フルーツ 608 kcal	山菜そば 厚揚げの甘辛煮 ツナサラダ フルーツ 425 kcal	ピラフ ハンバーグ 付) ブロッコリー ナポリタン シーザー風サラダ じゃが芋スープ 661 kcal		
間食	プテクレープ 58 kcal	抹茶プリン 55 kcal	マドレーヌ 92 kcal	どら焼き 136 kcal	こどもの日ゼリー 50 kcal		
夕食	ご飯 鶏肉のピカタ 付) アスパラ 茄子の味噌煮 さつま芋のサラダ 味噌汁 611 kcal	ご飯 豚肉春雨 炊き合わせ 錦糸和え すまし汁 528 kcal	ご飯 肉豆腐 青梗菜の海老炒め いんげんの胡麻和え かき玉汁 602 kcal	ご飯 鮭の石狩風煮 つくねの煮つけ 南瓜のサラダ すまし汁 566 kcal	ご飯 鱈の生姜煮 付) ふき ひじき煮豆 もずく酢 味噌汁 469 kcal		
		6 (日)	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	
朝食	◎基本メニュー ご飯 洋風卵とじ 玉葱のサラダ 味噌汁 エ礼キ- 458 kcal	◎基本メニュー ご飯 鱈の照り焼き 菜の花のお浸し 味噌汁 367 kcal	◎基本メニュー ご飯 コンソメ煮 野菜サラダ 味噌汁 451 kcal	◎基本メニュー ご飯 炒り卵 マカロニサラダ 味噌汁 469 kcal	◎基本メニュー ご飯 ケチャップソテー トマトサラダ 味噌汁 398 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ ポテトサラダ 味噌汁 444 kcal	
昼食	◎パン ロールパン・クロワッサン 洋風卵とじ 玉葱のサラダ コンソメスープ エ礼キ- 447 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 鱈の照り焼き 菜の花のお浸し コンソメスープ 371 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン コンソメ煮 野菜サラダ コンソメスープ 436 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 炒り卵 マカロニサラダ コンソメスープ 452 kcal	◎パン 食パン ケチャップソテー トマトサラダ コンソメスープ 317 kcal	◎パン 食パン 卵とじ ポテトサラダ コンソメスープ 356 kcal	
夕食	ご飯 サバの塩焼き 付) 大根おろし 牛蒡と里芋の煮物 和風きのこマリネ 味噌汁 512 kcal	カレーライス (ポーク) 福神漬 ミモザサラダ コンソメスープ ヨーグルト和え 628 kcal	ご飯 白身魚フライ 付) キャベツ 野菜のケチャップ煮 サラダ コンソメスープ 591 kcal	ご飯 鶏肉の山椒焼き 付) キャベツ じゃが芋のそぼろ煮 塩昆布和え 味噌汁 536 kcal	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き 付) アスパラ ジャーマンポテト エビサラダ コンソメスープ 541 kcal	醤油ラーメン 焼売 青菜おかか和え フルーツ 450 kcal	
間食	杏仁豆腐 49 kcal	ぶどうゼリー 33 kcal	田舎まんじゅう 106 kcal	抹茶ワッフル 80 kcal	つぶあんパン 130 kcal	なごやん 139 kcal	
夕食	ご飯 鶏肉の利休煮 付) いんげん ピーマンのツナ炒め 南瓜サラダ すまし汁 エ礼キ- 570 kcal	ご飯 ツナ入り千種焼き 付) ブロッコリー 南瓜の煮つけ キャベツおかか和え すまし汁 549 kcal	ご飯 筑前煮 青菜ときのこソテー 納豆 味噌汁 549 kcal	ご飯 魚の野菜あんかけ エビキャベツ炒め 大根サラダ すまし汁 465 kcal	ご飯 オムレツの挽肉ソース 付) ブロッコリー 牛蒡と豆腐の炒り煮 さつま芋サラダ すまし汁 629 kcal	ご飯 豚肉と茄子の味噌炒め ブロッコリーと卵の炒め物 大根サラダ すまし汁 551 kcal	ご飯 ひじき入り豆腐ハンバーグ 付) 人参グラッセ 竹輪の炊合せ 菜の花の辛子和え 味噌汁 580 kcal
		13 (日)	14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	
朝食	◎基本メニュー ご飯 海老団子煮 和え物 味噌汁 エ礼キ- 378 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ 青菜のサラダ 味噌汁 472 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ マカロニサラダ 味噌汁 470 kcal	◎基本メニュー ご飯 ホキの漬け焼き 菜の花の和え物 味噌汁 341 kcal	◎基本メニュー ご飯 ハムエッグ パンプキンサラダ 味噌汁 500 kcal	◎基本メニュー ご飯 洋風卵とじ 玉葱のサラダ 味噌汁 470 kcal	
昼食	◎パン 食パン 海老団子煮 和え物 コンソメスープ エ礼キ- 348 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ 青菜のサラダ コンソメスープ 390 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン ほくほくカボチャ マカロニサラダ コンソメスープ 472 kcal	◎パン ロールパン2ケ ホキの漬け焼き 菜の花の和え物 コンソメスープ 343 kcal	◎パン ロールパン2ケ ハムエッグ パンプキンサラダ コンソメスープ 509 kcal	◎パン ロールパン2ケ 洋風卵とじ 玉葱のサラダ コンソメスープ 479 kcal	
夕食	ちらし寿司 大根のそぼろ煮 オクラのおかか和え 茶碗蒸し HAPPY MOTHER'S DAY! エ礼キ- 532 kcal	菜飯 南瓜のコロッケ じゃが芋のそぼろ煮 オクラのおかか和え 味噌汁 569 kcal	ご飯 カレイの甘酢あんかけ ちくわと豆腐の炒り煮 ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁 509 kcal	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 付) ブロッコリー きのこソテー トマトサラダ すまし汁 600 kcal	中華飯 金平ごぼう 大根と胡瓜の梅和え 中華スープ 543 kcal	ミートスパゲティ サラダ コンソメスープ フルーツ 480 kcal	ご飯 カラスカレイの照焼 付) 大葉 切干大根の煮つけ ほうれん草の白和え 味噌汁 519 kcal
間食	もみじ饅頭 エ礼キ- 98 kcal	栗まん 126 kcal	オレンジゼリー 41 kcal	クリームブッセ 75 kcal	ラフランスゼリー 31 kcal	エクレア 93 kcal	
夕食	ご飯 回鍋肉 白菜の旨煮 卵の花 味噌汁 エ礼キ- 593 kcal	ご飯 鶏肉の味噌焼き 付) ほうれん草 がんと煮つけ キャベツの和え物 すまし汁 530 kcal	ご飯 豚肉の中華炒め 青菜と厚揚げの旨煮 とろろ すまし汁 541 kcal	ご飯 厚揚げの味噌かけ 付) ししとうがらし 茄子の煮つけ ツナサラダ すまし汁 534 kcal	ご飯 アジの和風マリネ 南瓜の煮つけ カリフラワーサラダ 味噌汁 522 kcal	ご飯 鶏肉のオニオンソース アスパラ じゃが芋のソテー 青菜のピーナツ和え すまし汁 535 kcal	ご飯 牛肉の旨煮 さつま芋の昆布煮 グリーンサラダ すまし汁 517 kcal

献立は食材の仕入れにより変更することがあります。あらかじめご了承ください。

	20 (日)	21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)
朝食	◎基本メニュー ご飯 鱈の香味焼き 青菜のきのこ和え 味噌汁 エネギ - 373 kcal	◎基本メニュー ご飯 青菜とエビの炒め物 ポテトサラダ 味噌汁 397 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ 野菜サラダ 味噌汁 489 kcal	◎基本メニュー ご飯 コンソメ煮 豆腐のサラダ 味噌汁 436 kcal	◎基本メニュー ご飯 ケチャップソテー スパゲティサラダ 味噌汁 477 kcal	◎基本メニュー ご飯 ハムエッグ パンプキンサラダ 味噌汁 510 kcal	◎基本メニュー 食パン オムレツ 青菜のサラダ 南瓜のポタージュ 403 kcal
	◎パン ロールパン2ヶ 鱈の香味焼き 青菜のきのこ和え コンソメスープ エネギ - 375 kcal	◎パン ロールパン2ヶ 青菜とエビの炒め物 ポテトサラダ コンソメスープ 406 kcal	◎パン 食パン 卵とじ 野菜サラダ コンソメスープ 459 kcal	◎パン 食パン コンソメ煮 豆腐のサラダ コンソメスープ 355 kcal	◎パン 食パン ケチャップソテー スパゲティサラダ コンソメスープ 388 kcal	◎パン 食パン ハムエッグ パンプキンサラダ コンソメスープ 480 kcal	
昼食	桜エビのごはん かき揚げ 里芋の煮つけ 胡瓜のもろみ和え とろろ汁 エネギ - 573 kcal	ご飯 鮭の和風ムニエル 付) 大根おろし じゃが芋の煮つけ 塩昆布和え すまし汁 496 kcal	ご飯 油淋鶏 付) キャベツ もやし炒め ナムル 中華スープ 598 kcal	他人丼 茄子の甘辛炒め 中華和え 味噌汁 594 kcal	ご飯 鱈の生姜焼き 付) ふき 里芋と鶏肉の煮物 いんげんの胡麻和え 味噌汁 513 kcal	きのこおろしきしめん 白菜の旨煮 青菜とじゃこのサラダ バナナ 401 kcal	ご飯 ぶり大根 金平ごぼう ブロッコリーのピーナツ和え 味噌汁 557 kcal
	間食 大島饅頭 エネギ - 107 kcal	クリームパン 132 kcal	ライチゼリー 35 kcal	カスタードプリン 74 kcal	和のパンケーキ 55 kcal	チョコパン 139 kcal	黒ゴマプリン 74 kcal
夕食	ご飯 タンドリーチキン 付) 人参グラッセ ポテトソテー ツナサラダ コンソメスープ エネギ - 572 kcal	ご飯 カニ入り卵焼き 付) アスパラ つくね煮つけ オクラの梅おかか和え 味噌汁 568 kcal	ご飯 豆腐ステーキとろろソース 付) いんげん 切干大根の煮つけ グリーンサラダ すまし汁 526 kcal	ご飯 あんかけシューマイ きのこソテー 青菜の和え物 味噌汁 532 kcal	ご飯 鶏肉のカレー焼き 付) ほうれん草 キャベツとベーコン煮 マカロニサラダ かき玉汁 550 kcal	ご飯 ほっけのみりん焼き 付) 大葉 角麩煮 オニオンライス すまし汁 513 kcal	ご飯 鶏肉のゴマダレ焼き 付) 大葉 糸昆布煮 納豆 すまし汁 544 kcal
	27 (日)	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	5月5日 子供の日 5月13日 母の日 5月20日 故郷の味 静岡県	
朝食	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ 青菜のサラダ 味噌汁 エネギ - 511 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ カニサラダ 味噌汁 471 kcal	◎基本メニュー ご飯 ブロッコリーとベーコンソテー ポテトサラダ 味噌汁 442 kcal	◎基本メニュー ご飯 キャベツとベーコンソテー 中華サラダ 味噌汁 459 kcal	◎基本メニュー ご飯 鱈の生姜焼き 菜の花の和え物 味噌汁 354 kcal		
	◎パン 食パン ほくほくカボチャ 青菜のサラダ コンソメスープ エネギ - 430 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ カニサラダ コンソメスープ 396 kcal	◎パン 食パン ブロッコリーとベーコンソテー ポテトサラダ コンソメスープ 412 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン キャベツとベーコンソテー 中華サラダ コンソメスープ 498 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 鱈の生姜焼き 菜の花の和え物 コンソメスープ 336 kcal		
昼食	ご飯 牛肉と野菜の煮物 もやしの中華煮 マカロニサラダ 味噌汁 592 kcal	ご飯 エビチリ ツナじゃが ブロッコリーサラダ 南瓜のポタージュ 707 kcal	チキンカレーライス スパゲティソテー トマトサラダ 中華スープ 625 kcal	ご飯 サバの味噌煮 付) ふき 茄子の煮つけ 錦糸和え すまし汁 510 kcal	ご飯 豚肉の五目炒め 肉団子と大根の煮物 春雨の酢の物 味噌汁 616 kcal		
	間食 桃のゼリー エネギ - 38 kcal	フルーチェ エネギ - 44 kcal	ととやき (チョコ) 60 kcal	ロールケーキ 85 kcal	水ようかん 67 kcal		
夕食	ご飯 カレイの煮つけ 付) ふき 切干大根のゴマ炒め とろろ汁 味噌汁 468 kcal	ご飯 豆腐の肉味噌かけ 付) ししとう 茄子の煮物 もやしと貝割れのサラダ すまし汁 511 kcal	ご飯 魚すき がんもの煮つけ カリフラワーサラダ 味噌汁 475 kcal	ご飯 あんかけ玉子焼き 甘辛煮 キャベツの胡麻和え 中華スープ 590 kcal	ご飯 ふくさ焼き 付) いんげん 白菜の旨煮 長芋の梅和え 味噌汁 532 kcal		

献立は食材の仕入れにより変更することがあります。あらかじめご了承ください。