

5月メニュー表

特養・ショートステイ

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)		
朝食	端午の節句	◎基本メニュー ご飯 ポークビーンズ 菜の花の和え物 味噌汁 401 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 421 kcal	◎基本メニュー ご飯 クリーム煮 玉ねぎのサラダ 味噌汁 457 kcal	◎基本メニュー ロールパン2ケ 洋風卵とじ 大根とハムのマリネ コンソメスープ 387 kcal		
	柏餅...関東・子孫繁栄を願う。	◎パン ロールパン2ケ ポークビーンズ 菜の花の和え物 コンソメスープ 376 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 431 kcal	◎パン ロールパン2ケ クリーム煮 玉ねぎのサラダ コンソメスープ 428 kcal			
	ちまき...関西・病気や災厄を避ける意味。	ご飯 エビカツ 軟) オムレツ 付) キャベツ きのこのバター醤油炒め グリーンサラダ 卵スープ 528 kcal	麻婆丼 里芋の旨煮 菜の花の辛子和え 中華スープ 531 kcal	信田きしめん 肉団子と大根の煮物 春雨の酢の物 フルーツ 482 kcal	ご飯 鱈の西京焼き 付) 甘酢生姜 南瓜のいとこ煮 カニサラダ すまし汁 509 kcal		
	間食	プリン 74 kcal	大島饅頭 107 kcal	ココアムース 76 kcal	メロンケーキ 65 kcal		
夕食	ご飯 豚肉と野菜の炒め物 茄子の煮つけ ささみのサラダ 味噌汁 569 kcal	ご飯 カラスカレイの照焼 付) 大葉 角麩煮 サラダ 味噌汁 520 kcal	ご飯 ツナ入り千種焼き 付) ブロッコリー さつま芋のレモン煮 青菜とじゃこのサラダ すまし汁 590 kcal	ご飯 鶏の甘酢焼き 糸昆布煮 ほうれん草の白和え 味噌汁 570 kcal			
5 (日)		6 (月)		7 (火)			
朝食	◎基本メニュー ご飯 洋風炒め ポテトサラダ 味噌汁 エ礼キ- 409 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ 野菜サラダ 味噌汁 462 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ 青菜のきのこ和え 味噌汁 409 kcal	◎基本メニュー ご飯 コンソメ煮 豆腐のサラダ 味噌汁 422 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 413 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ サラダ 味噌汁 481 kcal	
	◎パン ロールパン2ケ 洋風炒め ポテトサラダ コンソメスープ エ礼キ- 380 kcal	◎パン ロールパン2ケ スクランブルエッグ 野菜サラダ コンソメスープ 472 kcal	◎パン 食パン 卵とじ 青菜のきのこ和え コンソメスープ 339 kcal	◎パン 食パン コンソメ煮 豆腐のサラダ コンソメスープ 351 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 338 kcal	◎パン 食パン ほくほくカボチャ サラダ コンソメスープ 405 kcal	
夕食	<子供の日> オムライス ミニハンバーグ ポタージュスープ フルーツ 615 kcal	ご飯 豚肉と茄子の味噌炒め じゃが芋の煮つけ 青菜の和え物 すまし汁 562 kcal	ご飯 油淋鶏 軟) 鶏甘酢醤油 付) キャベツ レモン金平 ナムル 中華スープ 579 kcal	ご飯 鯖の塩焼き軟) 鱈おろしあん 付) 大葉・大根おろし 竹輪の煮つけ キャベツのサラダ 味噌汁 500 kcal	チキンカレーライス きのこソテー ツナサラダ ヨーグルト和え 721 kcal	卵あんかけうどん 甘辛煮 胡瓜の酢の物 フルーツ 437 kcal	ご飯 白身魚のムニエル 付) 粉ふき芋 もやし炒め グリーンサラダ コンソメスープ 456 kcal
間食	ととやき 60 kcal	ブルーベリーゼリー 30 kcal	おはぎ 98 kcal	ロールケーキ 85 kcal	ミルクケーキ 69 kcal	クリームコンフェ 80 kcal	なごやん 139 kcal
夕食	ご飯 厚揚げの五目炒め 里芋のごま味噌煮 干しエビの和え物 すまし汁 エ礼キ- 493 kcal	ご飯 鱈の粕漬焼き 付) いんげん ひじき豆煮 キャベツのお浸し 味噌汁 478 kcal	ご飯 オムレツデミソースかけ 付) 粉ふき芋 ソテー 大根サラダ すまし汁 499 kcal	ご飯 鶏肉のオニオンソース 付) アスパラ 青菜の海老炒め 切干の和え物 味噌汁 525 kcal	ご飯 海老入り卵焼き 大根の煮つけ キャベツしらすおおかか和え すまし汁 483 kcal	ご飯 鱈の野菜蒸し 里芋の煮ころがし 納豆 味噌汁 534 kcal	ご飯 鶏肉のごまだれ焼き 付) ブロッコリー 焼き豆腐煮 キャベツ塩昆布和え すまし汁 553 kcal
12 (日)		13 (月)		14 (火)			
朝食	◎基本メニュー ご飯 ハムエッグ パンプキンサラダ 味噌汁 エ礼キ- 445 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ ハムサラダ 味噌汁 451 kcal	◎基本メニュー ご飯 アスパラの炒め物 中華サラダ 味噌汁 377 kcal	◎基本メニュー ご飯 さつま揚げ炒め ポテトサラダ 味噌汁 424 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 345 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 401 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 エ礼キ- 413 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ ハムサラダ コンソメスープ 371 kcal	◎パン 食パン アスパラの炒め物 中華サラダ コンソメスープ 345 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン さつま揚げ炒め ポテトサラダ コンソメスープ 398 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 319 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 366 kcal	
夕食	<母の日> 赤飯 天ぷら 若竹煮 キウイフル すまし汁 エ礼キ- 581 kcal	菜飯 アジの塩焼き 付) 大葉・大根おろし 牛蒡の煮つけ 和風きのこマリネ 味噌汁 436 kcal	ご飯 チキンカツ軟) 鶏パン粉焼 付) キャベツ 野菜のケチャップ煮 サラダ コンソメスープ 581 kcal	ご飯 ぶり大根 金平ごぼう もやしの酢の物 味噌汁 561 kcal	ご飯 鶏肉の照り焼き 付) キャベツ 角麩煮 ゴマ酢和え かき玉汁 547 kcal	ちゃんぽん風 さつま芋のレモン煮 青菜のおかか和え フルーツ 463 kcal	ご飯 ホキのたらこマヨ焼 付) キャベツ ジャーマンポテト サラダ コンソメスープ 507 kcal
間食	チョコパン エ礼キ- 87 kcal	マドレーヌ 92 kcal	ストロベリーゼリー 40 kcal	フルーチェ 44 kcal	田舎まんじゅう 106 kcal	チーズケーキ 91 kcal	抹茶ワッフル 80 kcal
夕食	ご飯 豆腐ステーキとろろ 角麩煮 錦糸和え すまし汁 エ礼キ- 563 kcal	ご飯 鶏肉の利休煮 付) いんげん きゃべつのツナ炒め 青菜サラダ すまし汁 557 kcal	ご飯 肉豆腐 土佐炒め 長芋の短冊 味噌汁 550 kcal	ご飯 鶏肉トマトソース 付) アスパラ スパゲティソテー コールスローサラダ すまし汁 522 kcal	ご飯 オムレツ挽肉ソース 春雨ソテー ひじきと枝豆のサラダ すまし汁 562 kcal	ご飯 豆腐ハンバーグ 付) 大葉・大根おろし 炊き合わせ マカロニサラダ 味噌汁 580 kcal	ご飯 鶏肉の利休煮 ブロッコリー炒め 大根サラダ すまし汁 497 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。

	19 (日)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
朝食	◎基本メニュー ご飯 目玉焼き アスパラと玉葱のサラダ 味噌汁 エネルギー 350 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ 菜の花のお浸し 味噌汁 エネルギー 448 kcal	◎基本メニュー ご飯 コンソメ煮 野菜サラダ 味噌汁 エネルギー 382 kcal	◎基本メニュー ご飯 炒り卵 マカロニサラダ 味噌汁 エネルギー 435 kcal	◎基本メニュー ご飯 ケチャップソテー パンプキンサラダ 味噌汁 エネルギー 429 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ ポテトサラダ 味噌汁 エネルギー 510 kcal	◎基本メニュー 食パン オムレツ オニオンライス 南瓜のポタージュ エネルギー 378 kcal
	◎パン ロールパン・クロワッサン 目玉焼き アスパラと玉葱のサラダ コンソメスープ エネルギー 311 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン ほくほくカボチャ 菜の花のお浸し コンソメスープ エネルギー 409 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 エネルギー 334 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 エネルギー 442 kcal	◎パン 食パン ケチャップソテー パンプキンサラダ コンソメスープ エネルギー 358 kcal	◎パン 食パン 卵とじ ポテトサラダ コンソメスープ エネルギー 375 kcal	
昼食	ご飯 豚肉の生姜炒め 付) キャベツ 炊き合わせ 中華和え すまし汁 エネルギー 524 kcal	ご飯 和風オムレツ 付) ブロッコリー 里芋の味噌バター煮 もやしのお浸し コンソメスープ エネルギー 491 kcal	ご飯 エビチリ(軟) 白身魚チリソース カニ豆腐 白菜の塩昆布和え 中華スープ エネルギー 572 kcal	ご飯 ミートローフ 付) ブロッコリー きのこソテー トマトサラダ コンソメスープ エネルギー 553 kcal	カレーライス ピーマンと竹輪の金平 大根サラダ フルーチェ エネルギー 661 kcal	ナポリタンスパゲティ エビサラダ コーンスープ バナナ エネルギー 477 kcal	ご飯 八宝菜 焼売 ナムル 中華スープ エネルギー 550 kcal
	和のパンケーキ エネルギー 55 kcal	バームクーヘン エネルギー 102 kcal	あわせるゼリー エネルギー 40 kcal	桃のゼリー エネルギー 58 kcal	ぶどうゼリー エネルギー 54 kcal	どら焼き エネルギー 109 kcal	マンゴープリン エネルギー 57 kcal
夕食	ご飯 ブリのタレ焼き 付) いんげん つくね煮つけ 茄子の華風浸し 味噌汁 エネルギー 608 kcal	ご飯 鶏肉の味噌焼き 付) ほうれん草 がんと煮つけ オクラのおかか和え すまし汁 エネルギー 557 kcal	ご飯 牛肉の柳川煮 切干大根の煮つけ 納豆 味噌汁 エネルギー 579 kcal	ご飯 鯖味噌煮(軟) 白身魚味噌煮 さつま芋と細切り昆布煮物 干しエビの和え物 すまし汁 エネルギー 509 kcal	ご飯 豆腐の味噌かけ 付) ししとうがらし ひじき煮豆 青菜の和え物 すまし汁 エネルギー 507 kcal	ご飯 アジの和風マリネ 南瓜の煮つけ とろろ 味噌汁 エネルギー 513 kcal	ご飯 さわらの七味焼き 付) 大葉 青菜のソテー シーザー風サラダ 味噌汁 エネルギー 550 kcal
	26 (日)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	
朝食	◎基本メニュー ご飯 海老団子煮 和え物 味噌汁 エネルギー 376 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ スパゲティサラダ 味噌汁 エネルギー 479 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 エネルギー 464 kcal	◎基本メニュー ご飯 アスパラソテー 菜の花の和え物 味噌汁 エネルギー 338 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 エネルギー 421 kcal	◎基本メニュー ご飯 洋風卵とじ 玉ねぎのサラダ 味噌汁 エネルギー 454 kcal	
	◎パン 食パン 海老団子煮 和え物 コンソメスープ エネルギー 344 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ スパゲティサラダ コンソメスープ エネルギー 408 kcal	◎パン ロールパン2ケ ほくほくカボチャ マカロニサラダ コンソメスープ エネルギー 426 kcal	◎パン ロールパン2ケ アスパラソテー 菜の花の和え物 コンソメスープ エネルギー 309 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 エネルギー 431 kcal	◎パン ロールパン2ケ 洋風卵とじ 玉ねぎのサラダ コンソメスープ エネルギー 425 kcal	
昼食	炊込みご飯 鮭のきのこ焼き 付) レモン 大根の煮つけ さつま芋のサラダ 味噌汁 エネルギー 574 kcal	ご飯 豚肉の鉄火煮 白菜の旨煮 ひじきのサラダ すまし汁 エネルギー 525 kcal	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 付) 粉ふき芋 ブロッコリーのコンソメ煮 玉ねぎと枝豆サラダ コーンスープ エネルギー 576 kcal	カレーライス(ポーク) きのこソテー グリーンサラダ ヨーグルト和え エネルギー 700 kcal	ご飯 鮭の和風ムニエル 付) 大根おろし 肉じゃが 塩昆布和え すまし汁 エネルギー 514 kcal	醤油ラーメン がんと煮つけ 青菜のきのこ和え バナナ エネルギー 441 kcal	
	プチクレープ エネルギー 58 kcal	水ようかん エネルギー 67 kcal	ロールケーキ エネルギー 85 kcal	リンゴゼリー エネルギー 52 kcal	桃ケーキ エネルギー 85 kcal	黒ゴマプリン エネルギー 74 kcal	
夕食	ご飯 和風ハンバーグ 付) 青菜 野菜のきんぴら ブロッコリー山吹和え すまし汁 エネルギー 538 kcal	ご飯 カレイの甘酢あんかけ 里芋の煮物 切干大根の和え物 すまし汁 エネルギー 467 kcal	ご飯 ほっけ焼き 付) 大根おろし 角麩煮 コールスローサラダ 味噌汁 エネルギー 469 kcal	ご飯 ひじき入り卵焼き 付) うずら豆佃煮 大根の煮つけ 冷奴 味噌汁 エネルギー 575 kcal	ご飯 豚肉のしそ炒め 切干大根のゴマ炒め オクラおかか和え 味噌汁 エネルギー 538 kcal	ご飯 鯖塩焼(軟) 鱈おろしあん 付) 大根おろし いか団子煮 南瓜サラダ すまし汁 エネルギー 567 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。