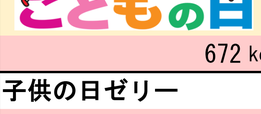
5月メニュー表

特養・ショートステイ

	1（日）	2（月）	3（火）	4（水）	5（木）	6（金）	7（土）
朝食	◎基本メニュー ご飯 ウインナーソテー ふりかけ 味噌汁・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 416 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ 佃煮 味噌汁・牛乳 506 kcal	◎基本メニュー ご飯 チキンボール洋風煮 梅干し 味噌汁・牛乳 458 kcal	◎基本メニュー ご飯 豆腐のサラダ ふりかけ 味噌汁・牛乳 466 kcal	◎基本メニュー ご飯 ポテトソテー 佃煮 味噌汁・牛乳 480 kcal	◎基本メニュー ご飯 ケチャップソテー 佃煮 味噌汁・牛乳 495 kcal	◎基本メニュー 食パン オムレツ付）ブロッコリー コンソメスープ ヨーグルト・ジャム 422 kcal
	◎パン ロールパン２ケ ウインナーソテー ジャム コンソメスープ・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 378 kcal	◎パン ロールパン２ケ スクランブルエッグ マーガリン コンソメスープ・牛乳 507 kcal	◎パン 食パン チキンボール洋風煮 ジャム コンソメスープ・牛乳 384 kcal	◎パン 食パン 豆腐のサラダ ジャム コンソメスープ・牛乳 384 kcal	◎パン 食パン ポテトソテー ジャム コンソメスープ・牛乳 360 kcal	◎パン 食パン ケチャップソテー ジャム コンソメスープ・牛乳 413 Kcal	
昼食	ご飯 鶏肉のパン粉焼 付）いんげん スパゲティソテー カリフラワーサラダ コンソメスープ 577 kcal	ご飯 豚肉のオイスター炒め ひじき煮 キャベツのお浸し 味噌汁 490 kcal	ご飯 油淋鶏軟）鶏甘酢醤油 付）キャベツ レンコン金平 ナムル 中華スープ 557 kcal	炊き込みご飯 赤魚の和風ムニエル 付）大根おろし 里芋の煮つけ 青菜のきのこ和え すまし汁 493 kcal	オムライス 彩りサラダ コーンスープ フルーツ  672 kcal	卵あんかけうどん じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーピーナツ和え フルーツ 419 kcal	ご飯 さばのおろし煮 もやし炒め グリーンサラダ 味噌汁 515 kcal
間食	ももゼリー 38 kcal	ロールケーキ 85 kcal	マスカットゼリー 35 kcal	メロンケーキ 65 kcal	子供の日ゼリー 50 kcal	大島饅頭 107 kcal	オレンジゼリー 41 kcal
夕食	ご飯 海老入り卵焼き 付）大根サラダ 竹輪の炒め煮 すまし汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ 481 kcal	ご飯 あじの梅焼き 付）白菜の和え物 じゃが芋のごま味噌煮 すまし汁 438 kcal	ご飯 豚肉のポン酢炒め 白菜と厚揚げの煮つけ 味噌汁 500 kcal	ご飯 鶏肉のしそ焼き 付）キャベツサラダ こんにゃくの炒り煮 味噌汁 483 kcal	ご飯 さわらの野菜蒸し 付）ししとうがらし 茄子の煮つけ 味噌汁 452 kcal	ご飯 豚肉の中華風炒め 切干大根の煮つけ すまし汁 501 kcal	ご飯 鶏肉のごまだれ焼き 付）キャベツ塩昆布和え 焼き豆腐煮 すまし汁 536 kcal

	8（日）	9（月）	10（火）	11（水）	12（木）	13（金）	14（土）
朝食	◎基本メニュー ご飯 目玉焼き ふりかけ 味噌汁・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 415 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ 佃煮 味噌汁・牛乳 490 kcal	◎基本メニュー ご飯 そぼろ炒め 梅干し 味噌汁・牛乳 403 kcal	◎基本メニュー ご飯 さつま揚げ炒め ふりかけ 味噌汁・牛乳 471 kcal	◎基本メニュー 鮭ぞうすい さつま芋の洋風煮 牛乳 440 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵のオイスター炒め 佃煮 味噌汁・牛乳 445 kcal	◎基本メニュー ロールパン・クロワッサン 洋風卵とじ コーンスープ ヨーグルト・マーガリン 525 kcal
	◎パン 食パン 目玉焼き マーガリン コンソメスープ・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 372 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ ジャム コンソメスープ・牛乳 399 kcal	◎パン 食パン そぼろ炒め マーガリン コンソメスープ・牛乳 366 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン さつま揚げ炒め ジャム コンソメスープ・牛乳 436 kcal	kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 卵のオイスター炒め ジャム コンソメスープ・牛乳 401 Kcal	
昼食	＜母の日＞ ちらし寿司 がんもと蕗の煮つけ 茶わん蒸し メロン 553 kcal	ご飯 ホキのたらこマヨネーズ焼 付）アスパラ ジャーマンポテト サラダ コンソメスープ 481 kcal	ご飯 味噌カツ軟）豚味噌炒め 付）キャベツ 野菜コンソメ煮 春雨の酢の物 すまし汁 566 kcal	豚丼 金平レンコン もやしの和え物 味噌汁 533 kcal	ご飯 オムレツの挽肉ソース 付）ブロッコリー 茄子のカレー炒め ポテトサラダ コーンスープ 617 kcal	醤油ラーメン ごぼうと牛肉の炒り煮 青菜のサラダ フルーツ 533 kcal	炊き込みご飯 ほっけの塩焼き 付）大葉 大根の煮つけ 和風きのこマリネ 味噌汁 462 kcal
間食	マンゴプリン 37 kcal	レモンケーキ 68 kcal	抹茶饅頭 107 kcal	いちごゼリー 40 kcal	フルーチェ 44 kcal	プリン 74 kcal	ロールケーキ 68 kcal
夕食	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ 付）いんげんソテー 角麩煮 味噌汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ 500 kcal	ご飯 鶏肉の利休煮 付）青菜のサラダ キャベツピーマンツナ炒 すまし汁 518 kcal	ご飯 アジの生姜煮 付）厚揚げ煮 白菜の土佐炒め 味噌汁 463 kcal	ご飯 鶏肉の梅焼き 付）ブロッコリー和え物 大根の煮つけ すまし汁 471 kcal	ご飯 鶏肉の照焼き 付）いんげん ひじきの炒め煮 味噌汁 523 kcal	ご飯 豆腐ハンバーグ 付）青菜の和え物 炊き合わせ 味噌汁 490 kcal	ご飯 鶏肉のトマトソースかけ 付）キャベツサラダ スパゲティソテー すまし汁 498 kcal

	15（日）	16（月）	17（火）	18（水）	19（木）	20（金）	21（土）
朝食	◎基本メニュー ご飯 目玉焼き ふりかけ 味噌汁・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 393 kcal	◎基本メニュー ご飯 ほくほくカボチャ 佃煮 味噌汁・牛乳 477 kcal	◎基本メニュー ご飯 ポトフ 梅干し 味噌汁・牛乳 470 kcal	◎基本メニュー ご飯 炒り卵 ふりかけ 味噌汁・牛乳 477 kcal	◎基本メニュー ご飯 ウインナーソテー 佃煮 味噌汁・牛乳 453 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ 佃煮 味噌汁・牛乳 479 kcal	◎基本メニュー 食パン オムレツ付）ブロッコリー 南瓜ポタージュ ヨーグルト・ジャム 409 kcal
	◎パン ロールパン・クロワッサン 目玉焼き ジャム コンソメスープ・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 345 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン ほくほくカボチャ ジャム コンソメスープ・牛乳 429 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン ポトフ ジャム コンソメスープ・牛乳 419 kcal	◎パン ロールパン・クロワッサン 炒り卵 マーガリン コンソメスープ・牛乳 468 kcal	◎パン 食パン ウインナーソテー ジャム コンソメスープ・牛乳 342 kcal	◎パン 食パン 卵とじ ジャム コンソメスープ・牛乳 388 Kcal	
昼食	カレーライス 大根サラダ あわせるゼリー ｴﾈﾙｷﾞｰ 564 kcal	ご飯 鯖の葱焼き軟）鱈 付）甘酢生姜 里芋の味噌バター煮 もやしのお浸し 味噌汁 496 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 545 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 550 kcal	ご飯 豚キムチ 炊き合わせ 切干大根の中華和え すまし汁 497 kcal	明太子クリームパスタ エビサラダ コンソメスープ フルーツポンチ 498 kcal	ご飯 回鍋肉 焼売 ナムル 中華スープ 563 kcal
間食	和のパンケーキ ｴﾈﾙｷﾞｰ 44 kcal	ブルーベリーゼリー 30 kcal	バームクーヘン 82 kcal	青りんごゼリー 42 kcal	つぶあんぱん 108 kcal	ロールケーキ 68 kcal	イチゴムース 75 kcal
夕食	ご飯 鰆のたれ焼き 付）茄子の華風浸し つくねの煮つけ 味噌汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ 545 kcal	ご飯 牛肉の柳川煮 けんちん炒め 味噌汁 537 kcal	ご飯 鮭の白味噌煮 付）ねぎ 半平と細切昆布煮もの すまし汁 440 kcal	ご飯 鶏肉のごまだれ焼き 付）オクラおかか和え こんにゃくの炒り煮 味噌汁 466 kcal	ご飯 豆腐ステーキとろろかけ 付）青菜和え物 ひじき煮 味噌汁 472 kcal	ご飯 アジの和風マリネ 付）いんげん 南瓜の煮付 味噌汁 476 kcal	ご飯 鶏肉の照焼き 付）青菜のソテー 春雨サラダ 味噌汁 509 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。

	２２（日）	２３（月）	２４（火）	２５（水）	２６（木）	２７（金）	２８（土）
朝食	◎基本メニュー ご飯 卵のオイスター炒め ふりかけ 味噌汁・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 470 kcal	◎基本メニュー ご飯 スクランブルエッグ 佃煮 味噌汁・牛乳 513 kcal	◎基本メニュー ご飯 クリーム煮 梅干し 味噌汁・牛乳 455 kcal	◎基本メニュー ご飯 ポークビーンズ ふりかけ 味噌汁・牛乳 477 kcal	◎基本メニュー ご飯 ハムエッグ 佃煮 味噌汁・牛乳 464 kcal	◎基本メニュー ご飯 洋風卵とじ 佃煮 味噌汁・牛乳 506 kcal	◎基本メニュー ロールパン２ケ ポトフ コーンスープ ヨーグルト・ジャム 450 kcal
	◎パン 食パン 卵のオイスター炒め マーガリン コンソメスープ・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 427 kcal	◎パン 食パン スクランブルエッグ ジャム コンソメスープ・牛乳 431 kcal	◎パン ロールパン２ケ クリーム煮 ジャム コンソメスープ・牛乳 414 kcal	◎パン ロールパン２ケ ポークビーンズ ジャム コンソメスープ・牛乳 439 kcal	◎パン ロールパン２ケ ハムエッグ マーガリン コンソメスープ・牛乳 436 kcal	◎パン ロールパン２ケ 洋風卵とじ ジャム コンソメスープ・牛乳 468 kcal	
昼食	ご飯 鮭のきのこ焼き 大根の煮つけ さつま芋サラダ 味噌汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ 540 kcal	豆ごはん 豚肉の土佐炒め 白菜の梅煮 ひじきサラダ すまし汁 521 kcal	ご飯 鶏肉のパン粉焼き 付）ブロッコリー 野菜のコンソメ煮 マカロニサラダ コーンスープ 610 kcal	三色丼 たけのこ炒め煮 春雨の酢の物 味噌汁 526 kcal	ご飯 さばの塩焼き 付）大根おろし じゃが芋煮つけ 塩昆布和え すまし汁 480 kcal	たぬきそば がんも煮つけ 青菜の卸和え フルーツ 448 kcal	ご飯 あじの葱味噌焼き 付）いんげん もやし煮浸し ブロッコリーサラダ 茶わん蒸し 495 kcal
間食	クッキー ｴﾈﾙｷﾞｰ 81 kcal	水ようかん 67 kcal	チーズケーキ 70 kcal	りんごゼリー 48 kcal	ももケーキ 68 kcal	田舎饅頭 106 kcal	紅茶ムース 66 kcal
夕食	ご飯 豚と茄子の味噌炒め 野菜のきんぴら すまし汁 ｴﾈﾙｷﾞｰ 499 kcal	ご飯 カレイの甘酢あんかけ 里芋の煮物 味噌汁 439 kcal	ご飯 ほっけ焼き 付）コールスローサラダ 角麸煮 すまし汁 434 kcal	ご飯 豆腐の味噌かけ 付）キャベツの和え物 茄子の煮つけ すまし汁 483 kcal	ご飯 豚肉のしそ炒め 付）オクラおかか和え 切干大根ごま炒め 味噌汁 530 kcal	ご飯 鱈のきのこソースかけ 付）アスパラ いか団子煮 すまし汁 458 kcal	ご飯 つくね風焼き 付）金平ごぼう 大豆の五目煮 きのこ味噌汁 556 kcal

	２９（日）	３０（月）	３１（火）
朝食	◎基本メニュー ご飯 海老団子煮 ふりかけ 味噌汁・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 437 kcal	◎基本メニュー ご飯 ウインナーソテー 佃煮 味噌汁・牛乳 416 kcal	◎基本メニュー ご飯 卵とじ 梅干し 味噌汁・牛乳 465 kcal
	◎パン ロールパン２ケ 海老団子煮 ジャム コンソメスープ・牛乳 ｴﾈﾙｷﾞｰ 399 kcal	◎パン ロールパン２ケ ウインナーソテー マーガリン コンソメスープ・牛乳 417 kcal	◎パン 食パン 卵とじ ジャム コンソメスープ・牛乳 389 kcal
昼食	ご飯 スープカレー ヨーグルト和え ＜カレー鍋の日＞ 582 kcal	ご飯 ホキのムニエル 付）アスパラ スパゲティソテー 白菜サラダ コンソメスープ 502 kcal	ご飯 鶏肉の照焼き 付）ブロッコリー レンコン土佐炒め さつま芋サラダ 味噌汁 580 kcal
間食	ミルクケーキ ｴﾈﾙｷﾞｰ 69 kcal	カントリーマーム ｴﾈﾙｷﾞｰ 48 kcal	バニラムース 75 kcal
夕食	ご飯 ひじき入り卵焼き 付）金時豆佃煮 竹輪の炊き合わせ 味噌汁 514 kcal	ご飯 豚肉の焼き肉風 南瓜サラダ 味噌汁 571 kcal	ご飯 赤魚の煮つけ 付）ピーマン竹輪金平 白菜のごま酢和え 味噌汁 436 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。