

献立表

2024/05/01

現場：特別養護老人ホーム 遊づる
 献立種類：特養・短期(通常)
 年月日：2024年5月1日(水)～2024年5月31日(金)

	日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
朝食				丸ロール ハニーロール カニサラダ 果物(桃缶) 牛乳	雑炊 白菜の信田煮 にしんの煮付け しば漬	ミルクパン ライトワッサン さつまいものみかん煮 果物(パイン缶) ミルクティー	チョコカスタード コールスローサラダ 果物(バナナ) 牛乳
昼食				ごはん カレイの揚げ煮 若竹煮 タコの酢の物 舞茸と絹さやの味噌汁	ごはん 鶏肉のきじ焼き 炒り卵の花 キャベツおほか和え 長芋のとろろ汁	筍ごはん 鯖(さわら)の南部焼き 焼き茄子 小松菜のお浸し 厚揚げと春菊の味噌汁	ごはん 牛肉の七味焼き 里芋の煮物 青梗菜の帆立和え 絹さやと人参の吸物
夕食				ごはん 豚肉と白菜のポン酢炒め ぜんまいの煮物 ほうれん草の辛子和え そうめんとかまぼこの吸物	ごはん 鯖(さば)の梅焼き きんぴらごぼう みつばのおろし和え じゃがいもと玉ねぎの味噌汁	ごはん 南瓜の宝来揚げ 豆腐のあんかけ 即席漬 花麩とわかめの吸物	ごはん ホッケの塩焼き 落の土佐煮 トマトのおろし和え 豚汁
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	バターロール イエローロール 人参のコーン煮 果物(みかん缶) 紅茶	ショコラロール カスタードロール ポテトカップグラタン 果物(桃缶) カフェオレ	お粥 白滝の有馬煮 かまぼこ 高菜漬	黒糖食パン 野菜サラダ 果物(パイン缶) 牛乳	カスタードクリームパン キャベツのスープ煮 果物(桃缶) 牛乳	丸ロール ハニーロール アスパラのツナ和え 果物(バナナ) カフェオレ	ライトワッサン ミルクパン オムレツ 果物(パイン缶) 牛乳
昼食	ごはん エビフライ(タルタルソース) 白菜のベーコン煮 野菜サラダ キノコスープ	ごはん 豚の生姜焼き 春菊と竹輪の生姜煮 榎の甘酢和え かいわれと里芋の味噌汁	ごはん 鰯(あじ)の辛み焼 アスパラの炒め物 白菜の浅漬け とろろとちくわの吸物	豆ごはん 鶏肉のゆうあん焼き じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し 豆腐としめじの味噌汁	ごはん 鮭(さけ)の香りづけ 茄子のそぼろあん ほうれん草の磯辺和え 白菜と人参の味噌汁	カレーうどん 竹輪の磯辺揚げ 小松菜のお浸し 果物(甘夏みかん缶)	ごはん ハンバーグ じゃこピーマン 大根の梅マヨ和え もやしとごぼうの味噌汁
夕食	ごはん 鶏肉と根菜の煮しめ にら炒め 長芋のわさび醤油がけ アサリとしめじの吸物	ごはん 白身魚の照焼き 千切大根の煮物 たけのこの木の芽みそあえ 絹さやと巻き麩の吸物	ごはん 牛肉のピーマン炒め 田舎煮 小松菜のわさび和え さつまいもといんげんの味噌汁	ごはん 鯖(さわら)のパン粉焼き スパゲティ-サラダ 果物(いちご) キノコスープ	ごはん 厚揚げのみそ炒め 里芋の緑あんかけ 三度豆のごま和え 巻き麩と菜の花の吸物	ごはん 蒸し鶏 若竹煮 オクラのおほか和え うす揚げと玉葱の味噌汁	ごはん 甘だいのレモン味噌焼き れんこんきんぴら 青梗菜のお浸し 豆腐とわかめの吸物
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	お粥 鶏肉の治部煮 白花豆 べったら漬	ワッサンデニッシュ なすのトマト煮 果物(みかん缶) 牛乳	黒糖食パン ポテトサラダ 果物(バナナ) カフェオレ	ミニメロンパン イエローロール さつまいものみかん煮 果物(桃缶) 牛乳	チョコカスタード マカロニサラダ 果物(パイン缶) オレンジジュース	雑炊 大豆の煮物 かまぼこ しば漬	ミルクパン レーズンロール ウインナーソテー 果物(みかん缶) 牛乳
昼食	炊き込みごはん 鯖(さわら)のおろし蒸し グリーンピースの卵とじ ほうれん草の辛子和え ささみとオクラの吸物	ごはん 鰯(あじ)の煮付け 豆腐のあんかけ 胡瓜ともずくの酢の物 じゃが芋と人参の味噌汁	ごはん 焼肉 がんもの炊き合わせ 白菜のごま和え 大根と舞茸の味噌汁	ごはん 鮭(さけ)の酒蒸し 小松菜と竹輪の生姜煮 胡瓜のなめ茸和え のっぺい汁	ホタテと舞茸の炊き込みごはん 豚肉と葱の炒め物 炒り卵の花 春菊のお浸し 卵の味噌汁	ごはん カレイのフライ(タルタルソース) じゃが芋のカレーいため フルーツヨーグルト コンソメスープ(ほうれん草・ハム)	ハヤシライス アスパラの炒め物 果物(りんご) わかめスープ
夕食	ごはん 八宝菜 炒めビーフン 杏仁フルーツ 中華スープ(キャベツ・舞茸)	ごはん 豚ヒレの照り焼き 南瓜のいとこ煮 小松菜とえのきのお浸し かまぼこ貝割れの吸物	ごはん 鰯(ぶり)の柚焼き ぜんまいの煮物 ほうれん草のわさび和え みつばと麩の吸物	ごはん 麻婆豆腐 焼き茄子 カニかまと野菜の中華和え 中華スープ(春雨・小松菜)	ごはん 鯖(さば)の塩焼き 蓮根の炒めなます 青梗菜の辛子和え そうめんとかまぼこの吸物	ごはん 鶏肉の塩だれ焼き 高野の炊き合わせ 小松菜の磯辺和え 白菜と榎の味噌汁	ごはん 鯖(たら)の南部焼き 田舎煮 菜の花の辛子和え 花麩とみつばの吸物
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	カスタードロール バターロール 人参のコーン煮 果物(バナナ) 牛乳	丸ロール ハニーロール スパゲティ-サラダ 果物(桃缶) ミルクティー	黒糖食パン キャベツのスープ煮 果物(パイン缶) カフェオレ	お粥 白滝の有馬煮 にしんの煮付け 高菜漬	イエローロール ショコラロール ポテトサラダ 果物(みかん缶) 牛乳	ハニーロール レーズンロール 人参と三度豆のソテー 果物(バナナ) 牛乳	Wドッグパン スクランブルエッグ 果物(桃缶) ミルクティー
昼食	ごはん 鯛(たい)の煮付け ひじきの五目煮 タコの酢の物 舞茸と白菜の吸物	ごはん 鶏肉のみそ焼き ほうれん草と竹輪の生姜煮 長芋となめたけの和物 とろろとかまぼこの吸物	牛丼 れんこんきんぴら ささみの生姜酢 豆腐と人参の味噌汁	ごはん 南瓜のコロッケ 人参と三度豆のソテー ツナサラダ コンソープ	ごはん 鰯(ぶり)の辛み焼 牛肉と筍の炒め物 榎の甘酢和え 小松菜と玉葱の味噌汁	ごはん 豚肉となすの利久煮 里芋のにっころがし ほうれん草の磯辺和え 絹さやとおつゆ麩の吸物	ごはん 鯖(さけ)のレモン醤油焼き 竹輪の磯辺揚げ キャベツおほか和え そうめんとかまぼこの吸物
夕食	ごはん 回鍋肉 水餃子 玉葱と胡瓜の中華和え 中華スープ(青梗菜・もやし)	ごはん 鰹(かつお)のたたき 青梗菜の煮浸し 茄子のごま和え 玉葱と人参の味噌汁	ごはん 野菜炒め 白菜の信田煮 春菊のお浸し あさりと貝割れの吸物	ごはん 鰯(あじ)の生姜煮 にら炒め トマトのおろし和え 厚揚げと白菜の味噌汁	ごはん う巻き卵 ぜんまいの煮物 青梗菜のじゃこ和え 巻き麩とオクラの吸物	ごはん カレイのわかめ蒸し がんもの炊き合わせ ごま胡瓜 なめことみつばの味噌汁	ごはん 大根と肉団子の煮物 きんぴらごぼう 白菜とキノコのお浸し 青梗菜ともやしの味噌汁
	26	27	28	29	30	31	
朝食	黒糖ロール ショコラロール コールスローサラダ 果物(パイン缶) 牛乳	雑炊 ひじきれんこん 白花豆 しば漬	ライトワッサン カスタードロール ポテトカップグラタン 果物(みかん缶) カフェオレ	チョコカスタード 野菜サラダ 果物(桃缶) 牛乳	ミニメロンパン ハニーロール マカロニサラダ 果物(バナナ) ミルクティー	ワッサンデニッシュ オムレツ 果物(パイン缶) 牛乳	
昼食	ごはん 鶏肉の照煮 炒り卵の花 胡瓜と茄子のしょうが和え あさりと三度豆の味噌汁	炊き込みごはん 鯖(さわら)の煮付け 南瓜のそぼろあんかけ みつばのおろし和え 卵と揚げの味噌汁	ごはん かき揚げ グリーンピースの卵とじ 菜の花の辛子和え 豆腐と玉ねぎの味噌汁	ごはん 白身魚のパン粉焼き じゃこピーマン 竹輪のごま和え 花麩と落の吸物	味噌ラーメン エビシウマイ 玉葱と胡瓜の中華和え フルーツカクテル	ごはん 鶏肉と野菜の煮込みトマト風味 ツナサラダ 果物(りんご) コンソメスープ(白菜・ハム)	
夕食	ごはん 鯖(さば)の味噌煮 落の土佐煮 小松菜のごま和え みぞれ汁	ごはん ミルフィーユ風とんかつ シーザーサラダ フルーツカクテル コンソメスープ(キャベツ・人参)	ごはん まぐろのお造り 里芋の柚子田楽 オクラのおほか和え 舞茸と白ねぎの吸物	ごはん すき焼き もやしソテー 小松菜のお浸し わかめと大根の味噌汁	ごはん すり身団子の煮物 青梗菜と貝柱のうすくず煮 ほうれん草のお浸し しいたけとしめじの味噌汁	ごはん 鰯(あじ)の辛み焼 千切大根の煮物 たけのこの木の芽みそ和え 巻き麩とオクラの吸物	