

特別養護老人ホーム 遊ぶる 5月献立表

2025/04/24

	日 4月27日	月 4月28日	火 4月29日	水 4月30日	木 5月1日	金 5月2日	土 5月3日
朝食	雑炊 五目豆 にしんの煮付け	黒糖食パン ツナサラダ 果物（パイン缶） 牛乳	Wドッグパン ほうれん草のクリーム煮 果物（キウイ） 牛乳	レーズンロール ミルクパン さつまいもサラダ 果物（みかん缶） カフェオレ	丸ロール ハニーロール カニサラダ 果物（桃缶） 牛乳	雑炊 ひじきれんこん にしんの煮付け	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
昼食	ごはん 鱈（さわら）のパン粉焼き スパゲティナポリタン アスパラのソテー コンソメスープ（椎茸・なめこ）	ごはん 水餃子 きのこ炒り豆腐 カニかまと野菜の中華和え 果物（りんご）	ごはん 鮭（さけ）のレモン醤油焼き 白菜と豚肉のうま煮 いんげんのごま和え 大根と人参の味噌汁	ごはん ミートローフ 野菜サラダ（ごまドレッシング） 果物（いちご） コンソメスープ（青梗菜・ハム）	ごはん 鯛（たい）の塩焼き ぜんまいの煮物 オクラとささみの和え物 舞茸と絹さやの味噌汁	ごはん 鶏肉のきじ焼き 里芋の煮ころがし キャベツおかか和え 長芋のとろろ汁	ごはん 鱈（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
夕食	ごはん 干草焼き（あんかけ） ほうれん草の炒め物 榎の梅肉和え 巻き麩と菜の花の吸物	ごはん カレイのごま味噌焼き じゃこピーマン 春菊のお浸し あさりとかまこの吸物	ごはん 鶏肉の塩だれ焼き 里芋の煮ころがし 白菜の浅漬け みつばと麩の味噌汁	ごはん 鱈（ぶり）の生姜焼き なすの甘辛煮 春雨の酢の物 小松菜とうす揚げの味噌汁	ごはん 豚肉と白菜のボン酢炒め 若竹煮 ほうれん草の辛子和え そうめんとかまこの吸物	ごはん 鱈（さば）の梅焼き 炒り卵の花 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 とんべい焼き風出汁巻き きんぴらごぼう 即席漬 花麩とかまこの吸物
3時	クリームコンフェ カフェオレ 紅茶のムース	利休饅頭 水羊羹	和のパンケーキ 紅茶 はちみつレモンゼリー	マンゴープリン	人形焼き ふんわりよもぎ	水羊羹	フチクレープ 紅茶 紅茶のムース
朝食	5月4日 チョコカスタード コールスローサラダ 果物（キウイ） 牛乳	5月5日 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	5月6日 ショコラロール カスタードロール さつまいもサラダ 果物（桃缶） カフェオレ	5月7日 お粥 白滝の有馬煮 かまぼこ	5月8日 黒糖食パン ごぼうサラダ 果物（パイン缶） 牛乳	5月9日 カスタードクリームパン ウイナーソテー 果物（桃缶） 牛乳	5月10日 丸ロール ハニーロール アスパラのツナ和え 果物（キウイ） カフェオレ
昼食	ごはん 牛肉の七味焼き きのこ炒り豆腐 きゅうりの酢の物 絹さやと人参の吸物	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（青じそドレッシング） コーンスープ	ごはん 豚の生姜焼き ごぼうのそぼろ炒め 榎の甘酢和え わかめと里芋の味噌汁	ごはん 鱈（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	ごはん 鶏肉のゆうあん焼き じゃが芋の煮物 からし菜と白きくらげのお浸し 豆腐としめじの味噌汁	ごはん 鮭（さけ）の香りづけ 里芋の緑あんかけ ほうれん草と揚げの和え物 白菜と人参の味噌汁	ごはん カレーうどん 五目豆 小松菜のごま和え 果物（甘夏みかん缶）
夕食	ごはん ホッケの塩焼き 踏の土佐煮 青梗菜の帆立和え 豚汁	ごはん 鶏肉と根菜の煮しめ にら玉炒め 長芋のわさび醤油かけ あさりとしめじの吸物	ごはん 白身魚の照焼き 春菊と竹輪の生姜煮 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 鱈（さわら）のパン粉焼き スパゲティサラダ 果物（いちご） コッパズ（椎茸・なめこ）	ごはん 厚揚げのみそ炒め 茄子のそぼろあん いんげんのごま和え 巻き麩と菜の花の吸物	ごはん 蒸し鶏 若竹煮 オクラのおかか和え うす揚げと玉葱の味噌汁
3時	いちごのムース	クリームコンフェ 紅茶 りんごゼリー	和のパンケーキ 紅茶 チョコレートムース	ピーチゼリー	チョコレートムース	三笠饅頭 ふんわりみたらし	ふんわりケーキ 紅茶 日向夏ゼリー
朝食	5月11日 ライトワッサン ミルクパン オムレツ 果物（パイン缶） 牛乳	5月12日 お粥 鶏肉の治部煮 白花生	5月13日 ワッサンデニッシュ なすのトマト煮 果物（みかん缶） 牛乳	5月14日 黒糖食パン ポテトサラダ 果物（キウイ） カフェオレ	5月15日 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	5月16日 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	5月17日 雑炊 五目豆 かまぼこ
昼食	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	炊き込みごはん 鱈（さわら）のおろし蒸し グリーンピースの卵とじ ほうれん草の白和え ささみとオクラの吸物	ごはん 鱈（あじ）の煮付け 小竹葉豆腐 胡瓜ともすくの酢の物 じゃが芋と人参の味噌汁	ごはん 焼肉 ぜんまいの煮物 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 カレイのパン粉焼き ジャーマンポテト フルーツヨーグルト コッパズ（ほうれん草・ハム）
夕食	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	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 鱈（ぶり）の柚焼き がんもの炊き合わせ 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 鱈（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
3時	塩まんじゅう 水羊羹	ドーナツ カフェオレ マンゴープリン	あまおう苺ブッセ 紅茶 はちみつレモンゼリー	黒糖まんじゅう ふんわりよもぎ	マンゴープリン	パンケーキメープル 紅茶 プリン	福茶 ふんわりみたらし
朝食	5月18日 ミルクパン レーズンロール ウイナーソテー 果物（みかん缶） 牛乳	5月19日 カスタードロール バターロール 人参のコーン煮 果物（キウイ） 牛乳	5月20日 丸ロール ハニーロール ごぼうサラダ 果物（桃缶） ミルクティー	5月21日 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	5月22日 お粥 白滝の有馬煮 にしんの煮付け	5月23日 イエローロール ショコラロール さつまいもサラダ 果物（みかん缶） 牛乳	5月24日 ハニーロール レーズンロール コールスローサラダ 果物（キウイ） 牛乳
昼食	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	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え物 とろろとかまこの吸物	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 白身魚のバジル焼き 人参と三度豆のソテー ツナサラダ コーンスープ	ごはん 鱈（ぶり）の辛み焼 ごぼうのそぼろ炒め 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 里芋の煮ころがし ほうれん草と揚げの和え物 絹さやとおつゆ麩の吸物
夕食	ごはん 鱈（たら）の南部焼き 田舎煮 春菊のボン酢和え 花麩とみつばの吸物	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 鯉（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 鱈（あじ）の生姜煮 白菜の信田煮 春菊のお浸し あさりとかまこの吸物	ごはん 野菜炒め じゃが芋の煮物 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 竹輪のきんぴら きゅうりの酢の物 なめこみつばの味噌汁
3時	もみじまんじゅう 紅茶のムース	バナナケーキ 紅茶 りんごゼリー	発酵バターケーキ 紅茶 いちごのムース	しっとりはちみつケーキ 紅茶 ピーチゼリー	水羊羹	パンケーキメープル 紅茶 チョコレートムース	ヨーグルトケーキ 紅茶 日向夏ゼリー
朝食	5月25日 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	5月26日 黒糖ロール ショコラロール ほうれん草のクリーム煮 果物（パイン缶） 牛乳	5月27日 雑炊 ひじきれんこん 白花生	5月28日 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	5月29日 チョコカスタード 野菜サラダ（野菜ドレッシング） 果物（桃缶） 牛乳	5月30日 ミニメロンパン ハニーロール マカロニサラダ 果物（キウイ） ミルクティー	5月31日 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 鮭（さけ）のレモン醤油焼き 高野豆腐含め煮 小松菜のごま和え そうめんとかまこの吸物	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 あさりとかまこの味噌汁	炊き込みごはん 鱈（さわら）の煮付け 白菜と豚肉のうま煮 みつばのおろし和え かき玉汁	ごはん ミートローフ シーザーサラダ フルーツカクテル パンブキンスープ	ごはん 鯛（たい）の黄金焼き なすの甘辛煮 いんげんのごま和え 花麩と踏の吸物	味噌ラーメン エビシユウマイ 玉葱と胡瓜の中華和え 果物（甘夏みかん缶）	ごはん 鶏肉と野菜の煮込みトマト風味 コーンサラダ（ルッコラドレッシング） 果物（りんご） コンソメスープ（白菜・ハム）
夕食	ごはん 大根と肉団子の煮物 きんぴらごぼう 白菜のお浸し 青梗菜ともやしの味噌汁	ごはん 鱈（さば）の味噌煮 踏の土佐煮 からし菜と白きくらげのお浸し みぞれ汁	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 まぐろのお造り 里芋のそぼろ煮 オクラとささみの和え物 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 青梗鶏そぼろ煮 ほうれん草の白和え しいたけとしめじの味噌汁	ごはん 鱈（あじ）の辛み焼 きのこ炒り豆腐 たけのこの木の芽みそ和え 巻き麩とオクラの吸物
3時	利休饅頭 ふんわりよもぎ	クリームコンフェ 紅茶 ピーチゼリー	マンゴープリン	マドレーヌ 紅茶 はちみつレモンゼリー	ベルギーワッフル 紅茶 プリン	紅茶ケーキ 紅茶 紅茶のムース	信州りんごカステラ 紅茶 りんごゼリー