

5月

献立表

	(月)			1 (木)	2 (金)	3 (土)	4 (日)
昼食				ご飯 ◎エビフライ ◎鶏肉の照り焼き 若竹煮 春雨サラダ 味噌汁 メロン	ご飯 ◎豚肉の柚子胡椒焼き ◎穴子の柳川煮 青梗菜の炒め物 蓮根サラダ すまし汁 白桃缶	<b>お祝い膳</b> 	ご飯 ◎牛肉のしぐれ煮 ◎鯖の幽庵焼き 筍の炒め物 ほうれん草の和え物 すまし汁 パイン(生)
	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	10 (土)	11 (日)
昼食	ご飯 ◎鶏天 ◎鮭の塩焼き 大豆の煮物 めかぶの酢の物 味噌汁 洋梨缶	ご飯 ◎ポークチャップ ◎白身魚のマヨネーズ焼き 野菜のコンソメ煮 マカロニサラダ コーンポタージュ みかん缶	ご飯 ◎揚げ出し豆腐の野菜あんかけ ◎さばの塩焼き 南瓜の煮物 いんげんの梅和え 味噌汁 りんご缶	ご飯 ◎鶏肉の生姜炒め ◎鮭のタルタル焼き 角麩の煮物 貝割れとツナの和え物 すまし汁 黄桃缶	ご飯 ◎ビーフシチュー ◎白身魚のムニエル ほうれん草とウィンナーのソテー アボカドとトマトのサラダ コンソメスープ フルーツミックス缶	◎肉うどん ◎宇治抹茶そば 里芋のそぼろ煮 枝豆の白和え オレンジ	◎麻婆丼 ◎中華丼 春巻き くらげの中華和え 中華スープ 杏仁豆腐
	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	17 (土)	18 (日)
昼食	ご飯 ◎スパニッシュチースオムレツ ◎シーフードシチュー スナックエンドウのソテー ごぼうサラダ コンソメスープ 黄桃缶	ご飯 ◎味噌カツ ◎さばの塩焼き 春雨の炒め物 蓮根の梅和え すまし汁 フルーチェもも	ご飯 ◎豚しゃぶボン酢かけ ◎銀ひらすのもろみ焼き ごぼうはんぺんの煮物 枝豆とひじきの和え物 すまし汁 みかん缶	<b>お楽しみ食</b> 	ご飯 ◎チキン南蛮 ◎カレイの照り焼き しらたきのたらこ炒め 小松菜のお浸し 味噌汁 フルーツミックス缶	ご飯 ◎豚すき煮 ◎白身魚の菜種焼き こんにゃくのピリ辛炒め ほうれん草のピーナッツ和え すまし汁 アロエヨーグルト	ご飯 ◎鯖の竜田揚げ ◎鶏肉の磯辺焼き 里芋といかの煮物 カリフラワーのゆかり和え 味噌汁 黄桃缶
	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	24 (土)	25 (日)
昼食	ご飯 ◎豚肉の薬味醤油炒め ◎カレイのみぞれ煮 じゃが芋の煮物 キャベツのおかか和え あさりの赤だし パイン缶	ご飯 ◎白身魚フライ ◎チキンステーキ 野菜のコンソメ煮 エビアボカドサラダ 豆乳スープ オレンジ	<b>寿司三昧</b> 	ご飯 ◎貝だくさんチャプチェ ◎赤魚の香草パン粉焼き ふきと角麩の煮物 小松菜のくるみ和え たまごスープ パイン缶	ご飯 ◎豚肉の生姜焼き ◎メヌケの煮付け さつま芋と鶏の煮物 オクラのおかか和え ヤングコーンスープ ハナナ	ご飯 ◎唐揚げ ◎さばの塩焼き 厚揚げとぜんまいの煮物 もずく酢 味噌汁 フルーチェ(メロン)	ご飯 ◎豚の角煮 ◎銀ひらすの西京漬け焼き しらたきのたらこ炒め 小松菜の和え物 すまし汁 リンご缶
	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	31 (土)	
昼食	ご飯 ◎ハンバーグ ◎カレーライス コーンコロッケ チーズのサラダ オニオンスープ みかん缶	<b>バイキング</b> 	◎牛丼 ◎ネギトロ丼 筍の山椒炒め いんげんの和え物 すまし汁 フルーチェぶどう 黒豆	ご飯 ◎深川煮 ◎さばのみそ煮 里芋の煮物 竹輪と小松菜の和え物 すまし汁 ハナナ	ご飯 ◎豚肉のねぎ塩焼き ◎海老のオイスター炒め 春巻き カリフラワーの中華和え 中華スープ 白桃缶	◎肉うどん ◎なめこおろしそば 焼きさつま揚げ 胡麻豆腐 フルフルミックス缶 千切りたくあん	

※一部変更になる場合があります。ご了承下さい。 愛生苑 管理栄養士