

# 令和5年5月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	★5月5日(金)	◆5月6日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳	
昼食	赤飯 ホッケの白醤油焼き 吸物 ぬた和え 甘酒	御飯 カットハンバーグ コーンスープ たらもサラダ	御飯 えびしんじょ 茶そば汁 里芋のそぼろ煮	御飯 うどんすき 吸物 もずく酢	ピース御飯 鮭の塩麹焼き 吸物 カリフラワーのソテー	御飯 牛肉コロッケ 豆乳スープ サラダ	
間	どら焼き	りんごジュース	バームクーヘン	もみじ饅頭	丸ボーロ	クリームコンフェ	
夕食	御飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 味噌汁 辛子和え	御飯 サバのみぞれ煮 吸物 サラダ	御飯 肉団子と白菜の煮物 味噌汁 酢の物	御飯 煮魚 味噌汁 茄子のオイスター炒め	御飯 バーベキューチキン スープ サラダ	御飯 赤魚のねぎ塩煮 吸物 梅春雨	
5月7日(日)	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 千切り煮 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 鶏の甘酢照り煮 味噌汁 ゆかり和え	御飯 キーマカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬	御飯 煮魚 吸物 おかか和え	フレンチトースト ミネストローネ 空豆のサラダ	御飯 鶏チリ 舞茸のスープ 大根のオイマヨサラダ	御飯 サバの味噌煮 吸物 おかか和え	御飯 ホキのカレーマヨ焼き 野菜スープ ピーマンのじゃこ炒め
間	野菜生活	ミルージュ	黒棒	気になる野菜	ワッフル	焼きドーナツ	
夕食	御飯 白身魚の南部焼き 吸物 オクラのとろろ和え	御飯 ムニエルのトマトソースかけ たまごのコンソメスープ キャベツとりんごのサラダ	御飯 豚肉の塩麹炒め 味噌汁 山芋のわさび和え	御飯 ホッケの幽庵焼き 味噌汁 白菜の煮浸し	御飯 さわらのバター焼き 吸物 南瓜の煮付け	御飯 豚肉と厚揚げのキムチ炒め とろたまスープ ハンサンスー	御飯 肉じゃが 吸物 ほうれん草のゆずおろし和え
★◆5月14日(日)	5月15日(月)	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 高菜漬	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳	
昼食	ちらし寿司 吸物 さつま芋のマーマレード煮	ちゃんぽん 浅漬け フルーツ杏仁	十六穀ごはん ホッケの昆布茶焼き 吸物 空豆の白和え	御飯 鶏の青じそ炒め スープ 里芋のサラダ	御飯 白身魚フライ 吸物 サラダ	そぼろ丼 吸物 しば漬和え	
間	いちごクレープ	破れ饅頭	みかんジュース	シュークリーム	ストロベリータルト	飲むヨーグルト	
夕食	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 味噌汁 呉豆腐	御飯 鱈の辛子醤油焼き 味噌汁 かくや和え	御飯 小松菜つくねの甘辛煮 なめこのみぞれ汁 もずく酢	御飯 カレーの梅のり焼き 味噌汁 冷奴	御飯 チキンカレー マカロニサラダ フルーチェ 福神漬	御飯 ホキの香味焼き 中華スープ 春雨キャベツ	御飯 煮魚 ニラたま味噌汁 焼き茄子
5月21日(日)	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)	
朝食	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の大豆そぼろ煮 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 鶏肉と大根の煮物 吸物 ごま和え	ゆかり御飯 ホッケのみりん焼き 吸物 和風ビーフン	御飯 麻婆茄子 中華スープ ザーサイ和え	御飯 赤魚の梅干煮 吸物 さつま芋のチーズサラダ	サンドイッチ クリームシチュー サラダ デザート	御飯 茄子と挽肉のカレー サラダ フルーツヨーグルト 福神漬	御飯 煮魚 茶碗蒸し 辛子酢味噌和え
間	丸ボーロ	ミルージュ	いちごクレープ	もみじ饅頭	野菜生活	クリームコンフェ	
夕食	御飯 太刀魚のピリ辛野菜のせ スープ 煮豆	御飯 スパニッシュオムレツ スープ サラダ	御飯 鮭の豆乳きのこあんかけ 味噌汁 オクラの酢の物	御飯 麦ごはん 五目柳川風 吸物 とろろ	御飯 塩サバ 味噌汁 甘夏和え	御飯 ホキのおろしポン酢のせ 吸物 鶏ごぼう金平	御飯 鶏のおろし玉葱炒め コンソメスープ トマトサラダ
5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">★行事食★</p> <p>5日(金) 端午の節句 14日(日) 母の日</p> <p style="text-align: center;">◆食の記念日◆</p> <p>6日(土) コロッケの日 14日(日) マーマレードの日</p> <hr/> <p style="text-align: center;">*旬の食材*</p> <p>きす、かつお スズキ、たけのこ ふき、じゃがいも</p> </div>			
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬				
昼食	御飯 太刀魚の山椒煮 吸物 ごま豆腐	御飯 カレーのタルタル焼き 空豆のポタージュ レモンサラダ	御飯 鶏肉と厚揚げの煮物 吸物 甘酢生姜和え				御飯 海鮮すり身のおおさあんかけ 豚汁 オクラサラダ
間	ジョア	ワッフル	りんごジュース				焼きドーナツ
夕食	御飯 豚肉の味噌炒め とろろ汁 里芋と厚揚げの煮物	御飯 牛かぼちゃ 味噌汁 おかか和え	御飯 赤魚の大葉味噌焼き スープ 人参のソテー				御飯 里芋のパン粉焼き 吸物 白菜のツナポン酢和え