

献立一覧表

2021年 5月 [常食]

	1 (土)	2 (日)	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
朝食	ご飯 みそ汁(さつま芋) スクランブルエッグ 大根のナムル ジョア (マスカット)	ご飯 みそ汁 (青梗菜) 冬瓜とさつま揚げの煮物 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 (白菜) 里芋のそぼろ煮 アスパラの胡桃あえ ヤクルト	ご飯 みそ汁(さつま芋) いわしのかつお風味煮 ほうれん草のゆず和え ジョア (ブレーン)	ご飯 みそ汁 (キャベツ) 肉団子の煮物 カリフラワーの和えもの ヤクルト	ご飯 みそ汁 (南瓜) がんもの煮物 カブの梅あえ ジョア (ストロベリー)	ご飯 みそ汁(春菊) さつま揚げの煮物 いんげんの磯和え ヤクルト
昼食	小豆ご飯 みそ汁(麩・ねぎ) 豚肉生姜焼き なすとピーマンの味噌炒め 黄桃缶	ご飯 中華スープ(コーン・卵) 鶏肉の南蛮漬け もやしとメンマのソテー みかん缶	ご飯 すまし汁(なめこ・林') 白身魚のおろしポン酢かけ 枝豆とささみ入り卵の花 キウイ	ご飯 みそ汁 (わかめ・菜) 鶏肉のもろみ焼き 南瓜の煮物 パイン缶	オムライス スープ (椎茸、水菜) 白身魚フライ フレンチサラダ ラムネゼリー	ご飯 みそ汁(豆腐・油揚げ) 鶏肉の酒蒸し 春雨のソテー フルーツカクテル缶	ご飯 すまし汁(花ふ・貝割れ) ブリ大根 金平ごぼう バナナ
昼間食	黒糖カステラ	饅頭	チョコワッフル	かつぱえびせん	かしわ餅風味きり	ミニたい焼き (つぶあん)	珈琲タイム
夕食	ご飯 みそ汁(しめじ) さわらの梅肉焼き カブと油揚げ煮 白菜とちくわの和え物	ご飯 みそ汁(あさり) 鮭の塩焼き ビーフン炒め 菜の花のわさび和え	ご飯 みそ汁(玉ねぎ) 豚の細切り炒め 春菊の煮浸し 胡瓜の酢の物	ご飯 すまし汁(はんぺん) カレイの煮つけ 切昆布と大豆のうま煮 茄子とイカのごま酢和え	ご飯 中華スープ(玉ねぎ) かに玉あんかけ チンゲン菜の煮浸し もやしのしそ和え	ご飯 すまし汁(とろろ昆布) さばの味噌煮 筍のバター醤油炒め 水菜と白菜のおかか和え	ご飯 わかめスープ 豚肉となすの生姜炒め えび団子のあんかけ 小松菜のわさび和え
	8 (土)	9 (日)	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
朝食	ご飯 みそ汁(なめこ) 車麩の卵とじ ブロッコリーの塩昆布和え ジョア (マスカット)	ご飯 みそ汁 (麩) ウィンナーと野菜のソテー 鮭のおろし和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(もやし) やわらか大豆ボールの煮物 カリフラワーの梅和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(しめじ) 高野豆腐の煮物 白菜のザーサイ和え ジョア (ブレーン)	ご飯 みそ汁 (玉葱) オムレツ 春菊のピーナツ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(なす) 豆腐チキン団子の煮物 酢の物 ジョア (ストロベリー)	ご飯 みそ汁(かぶ) スクランブルエッグ 白菜の甘酢和え ヤクルト
昼食	ご飯 コンソメスープ(絹・ピーマン) 鶏肉のクリーム煮 いんげんのたらこマヨネーズ和え マカロニソテー	ご飯 トマトポタージュ ミートローフ ハムとアスパラのソテー オレンジ	ご飯 みそ汁(あさり・ねぎ) とんかつ 里芋とさつま揚げの煮物 りんご缶	ご飯 中華スープ(卵・ねぎ) 回鍋肉 冬瓜の中華煮 ぶどうゼリー	ご飯 清汁(はんぺん・水菜) 鮭の塩麹焼き 金平ごぼう 洋ナシ缶	ご飯 キーマカレー スープ(ほうれん草・コーン) もやしの柚子胡椒サラダ マンゴー	ご飯 みそ汁 (しめじ・油揚げ) カレイのから揚げ さつま芋のそぼろ煮 スパゲティサラダ
昼間食	たまごボーロ	いちごのケーキ	やわらかおかし	蒸しケーキ	人形焼き	梅ゼリー	エクレア
夕食	ご飯 みそ汁(玉葱) カレイの山椒焼き れんこんのおかか煮 蒸し鶏とキャベツの葱だれあえ	ご飯 スープ(冬瓜) ぎせい豆腐 里芋の胡麻煮 春菊のなめ茸あえ	ご飯 みそ汁(なす) 赤魚の煮つけ 小松菜と鶏肉のオイスター炒め かぶの酒粕マヨネーズあえ	ご飯 すまし汁(麩) 干草焼き 卵の花 いんげんのごま味噌あえ	ご飯 みそ汁(なめこ) 豚肉のスタミナ炒め チンゲン菜の煮浸し マカロニサラダ	ご飯 すまし汁(花ふ) さわらの沢煮 ひじきの煮物 ほうれん草のお浸し	ご飯 すまし汁(とろろ昆布) 鶏肉の香味焼き れんこんのみそ煮 チンゲン菜の辛子和え
	15 (土)	16 (日)	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
朝食	ご飯 みそ汁 (豆腐) いわしの梅煮 きやべつゆず和え ジョア (マスカット)	ご飯 みそ汁(おくら) はんぺんと野菜の煮物 いんげんか胡麻和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 (麩) 青菜の煮浸し おろし納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 (小松菜) 里芋とえびの煮物 ごぼうのおかか和え ジョア (ブレーン)	ご飯 みそ汁(冬瓜) 魚肉と野菜のソテー ブロッコリーのピーナツ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(豆腐) 厚揚げの煮物 鮭和え ジョア (ストロベリー)	ご飯 みそ汁(かぶ) 野菜の卵とじ とろろ ヤクルト
昼食	ご飯 すまし汁(庄内麩・ねぎ) 豚ニラ炒め 春雨サラダ バナナ	ご飯 スープ(キャベツ・アスパラ) 麻婆豆腐 水餃子 マンゴープリン	ご飯 みそ汁(舞茸・絹さや) 鶏肉と野菜の黒酢炒め いんげん油揚げの煮物 里芋のたらこ和え	ご飯 天ぷらそば きのこ鶏肉の和風仕立て 浅利と小松菜の和え物 オレンジゼリー	ご飯 みそ汁(大根・油揚げ) 鮭のハーブ焼き 豚肉とゴーヤの炒めもの フルーチェ (いちご)	ご飯 中華スープ(ピーマン・ねぎ) 酢豚風 さつま芋の中寒きんぴら キウイ	ご飯 ロールパン クリームシチュー 花野菜サラダ パイン缶
昼間食	えびせんべい	ロールケーキ(メロン)	フレンチクルーラー	カステラ	今川焼(カスタード)	杏仁豆腐	水ようかん
夕食	ご飯 みそ汁(南瓜) 鱈のきのこあんかけ ウィンナーと小松菜のソテー おくらのおかか和え	ご飯 みそ汁(菜の花) カレイのパン粉焼き パプリカとハムソテー ごぼうサラダ	ご飯 すまし汁(花ふ) ブリの照り焼き 根菜の炒り煮 白菜のゆかり和え	ご飯 みそ汁(かぶ) 肉豆腐 なすの揚げ浸し ほうれん草の磯和え	ご飯 すまし汁(しめじ) 豆腐と豚肉のねぎ塩ソテー カリフラワーのマヨネーズ焼き 中華サラダ	ご飯 みそ汁 (玉ねぎ) 油淋鶏 ツナと根菜の煮物 春菊のお浸し	ご飯 すまし汁(青梗菜) さばの塩焼き ぜんまいの煮物 アスパラの洋風お浸し
	22 (土)	23 (日)	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
朝食	ご飯 みそ汁(豆腐) じゃが芋のそぼろ煮 春菊のしらす和え ジョア (マスカット)	ご飯 みそ汁(花ふ) ひじきソテー 小松菜のくるみ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(かぶ) チーズオムレツ マリネサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁(白菜) 冬瓜とつみれの煮物 なめ茸和え ジョア (ブレーン)	ご飯 みそ汁(里芋) 五目煮 小松菜のツナ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(麩) ツナと野菜炒め 切干大根のマヨ和え ジョア (ストロベリー)	ご飯 みそ汁(かぶ) 肉詰めいなりの煮物 かぶのゆず胡椒あえ ヤクルト
昼食	ご飯 中華スープ(大根・ニラ) タラのチリソース煮 かに焼売と水餃子 白桃缶	ご飯 みそ汁(わかめ・ねぎ) かれのキムチマヨ焼き ごぼうと貝柱のサラダ りんご缶	ご飯 すまし汁(はんぺん・みつば) さけの竜田揚げ れんこんの金平 マンゴー	ご飯 清汁 (卵・わかめ) 豚肉の香味だれかけ さつま芋のいとこ煮 バナナ	ご飯 中華スープ(なると・水菜) 牛肉となすの炒め物 えび水餃子 デザートムース (ピーチ)	ご飯 みそ汁(キャベツ・ねぎ) あじの蒲焼風 揚げ茄子のそぼろあん オレンジ	ご飯 具だくさん汁 豆腐と海老の中華煮 マカロニサラダ フルーツカクテル缶
昼間食	レモンケーキ	いちごパバロア	黒糖まんじゅう	うぐいす饅頭	宝船おやき	メロンゼリー	紅茶ケーキ
夕食	ご飯 みそ汁(人参) 鶏の治部煮 茄子とえびのマヨ炒め いんげんの柚子胡椒和え	ご飯 すまし汁(なめこ) えびチャンプル 切干大根煮 胡瓜の梅こぶ和え	ご飯 みそ汁(里芋) 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 白和え	ご飯 みそ汁(麩) 白身魚の西京焼き 五目煮 ちんげん菜の辛子和え	ご飯 すまし汁(あさり) さわらの塩麹焼き 若竹煮 さつま芋サラダ	ご飯 スープ(人参) チキンピカタ 大根とあさりの塩煮 いんげんの生姜和え	ご飯 すまし汁(はんぺん) カレイの煮つけ アスパラのソテー ごぼうのごま味噌あえ
	29 (土)	30 (日)	31 (月)				
朝食	ご飯 みそ汁(なめこ) 野菜つみれの煮物 きやべつゆず和え ジョア (マスカット)	ご飯 みそ汁 (青梗菜) はんぺんの煮物 春菊のくるみ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(さつま芋) がんもの煮物 菜の花のゴマ和え ヤクルト				
昼食	ご飯 みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) 鶏の塩こうじ揚げ 切干大根の煮物 パイン缶	ご飯 すまし汁(麩・ねぎ) 鮭のチャンチャン焼き風 豚肉とほうれん草のおろし煮 白桃缶	ご飯 すまし汁 (人参・菜) 大根サラダ ぶどうゼリー				
昼間食	キャラメルプリン	栗ようかんロール	まんじゅう				
夕食	ご飯 みそ汁(じゃが芋) 豚肉のさっぱり炒め 車麩としめじの煮物 カリフラワーのピリ辛漬	ご飯 スープ(玉ねぎ) スパニッシュオムレツ なすのトマト煮 アスパラのおかかマヨ和え	ご飯 すまし汁(なめこ) ホキの味噌マヨ焼き 豚肉入り金平ごぼう 酢の物				

【特別養護老人ホームカメリア・ショートステイカメリア】

*都合により献立を変更することがあります。