

献立一覧表

2022年 4月 [常食]

	1 (金)	2 (土)	3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)
朝食	ご飯 みそ汁(青梗菜) 肉団子の煮物 白菜のゆず和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(なす) やわらかイカの煮物 小松菜の辛あえ ヨーグルト	ご飯 みそ汁(大根) 車麩の卵とじ もやしの酢の物 ヤクルト	ご飯 みそ汁(花ふ) エビ入り野菜炒め 春菊のくるみ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(南瓜) ほうれん草の煮浸し 納豆 ジョア(ブレン)	ご飯 みそ汁(冬瓜) 肉じゃが 白菜のおかか和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(えのき) さつま揚げと野菜の煮物 アスパラのしそ和え ジョア(ストロベリー)
昼食	小豆ご飯 すまし汁(はんぺん・水菜) 揚げだし豆腐 えびと野菜の炒め物 マンゴー	ご飯 スープ(マッシュルーム・コーン) 鮭のムニエル マカロニソテー キャベツの和え物	ご飯 みそ汁(えのき・葉) 和風ハンバーグ 南瓜サラダ みかん缶	桜ご飯 すまし汁(卵・ねぎ) 赤魚の粕漬焼き 揚げなすのそぼろあんかけ キウイ	ご飯 みそ汁(豆腐・揚) 豚肉の山椒炒め 若竹煮 フルーツカクテル缶	サンマー麺 えび餃子 ごぼうサラダ ぶどうゼリー	ご飯 豚汁 白身魚のたらマヨ焼き 炒り豆腐 バナナ
昼間食	チョコレートパバロア	フルーツパウンドケーキ	やわらかおかき	プチケーキ	ロールケーキ	醤油せんべい	カステラ
夕食	ご飯 みそ汁(おくら) 豚肉のブルコギ風 里芋の煮物 アスパラのピーナツ和え	ご飯 オニオンスープ(玉ねぎ) ハッシュドビーフ レンコン炒め 海藻サラダ	ご飯 すまし汁(とろろ昆布) 白身魚のかば焼き かぶの吉野煮 チンゲン菜のお浸し	ご飯 みそ汁(油揚げ) 鶏の照り煮 ビーファン炒め さつま芋と竹輪の和え物	ご飯 みそ汁(玉ねぎ) さばの焼き浸し いんげんと焼豚のソテー 酢の物	ご飯 みそ汁(なす) 千草焼き しめじと削り粉の和風煮 かぶのゆかり和え	ご飯 すまし汁(人参) 鶏大根のこっくり煮 なすのネギポン酢かけ キャベツの塩昆布和え
	8 (金)	9 (土)	10 (日)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)
朝食	ご飯 みそ汁(かぶ) ふわとろエッグ いんげんのくるみと和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(里芋) 竹輪と昆布の煮物 菜の花のお浸し ヨーグルト	ご飯 みそ汁(なす) にしん煮付け 小松菜のなめ茸あえ ヤクルト しば漬	ご飯 みそ汁(麩) 豚肉のねぎ塩ソテー とろろ ヤクルト	ご飯 みそ汁(かぶ) 切干大根の煮物 春菊のゆずこしょう風味 ジョア(ブレン)	ご飯 みそ汁(わかめ) えびと野菜ソテー 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁(なめこ) 鶏ごぼう煮 いんげんの梅和え ジョア(ストロベリー)
昼食	ご飯 すまし汁(春菊・かまぼこ) 若鶏のトマト煮 ジャガイモのベーコン炒め 白桃缶	ご飯 みそ汁(わかめ・ねぎ) 天ぷら盛り合わせ 白菜の酢の物 みかんゼリー	ご飯 みそ汁(かぶ・絹さや) とんかつ じゃことピーマンの炒め物 オレンジ	ご飯 すまし汁(はんぺん・みつば) さわらの利休焼き ゴーヤちゃんぶる ぜんまいのナムル	ご飯 みそ汁(きゃべつ・油揚げ) 鶏竜田のおろしソース ほうれん草のごまあえ 洋梨缶	ご飯 オニオンコンソメスープ ブリのパン粉焼き 里芋のそぼろ煮 マンゴー	ロールパン コーンスープ(コーン・玉ねぎ) ポークチャップ 海藻サラダ フルーツカクテル
昼間食	たまごボーロ	芋あん饅頭	小倉あんパイ	やわらかおかき	いちごプチシュー	フルーツ牛乳寒天	スイスバウムクーヘン
夕食	ご飯 すまし汁(麩) たらの梅肉焼き 五目金平 南瓜サラダ	ご飯 すまし汁(しめじ) 鶏肉のオイスター炒め 青梗菜と油揚げの煮びたし ふきのごま和え	ご飯 すまし汁(豆腐) ほきの味噌煮 れんこんのソテー もやしのかに風味サラダ	ご飯 スープ(小松菜) 鶏肉のクリーム煮 さつま芋のレモン煮 白菜と桜えびのさっぱりサラダ	ご飯 すまし汁(とろろ昆布) 厚揚げと卵の甘辛炒め ごぼうの味噌煮 春雨の酢の物	ご飯 みそ汁(大根) 豚の細切り炒め ひじきの煮物 菜の花辛子と和え	ご飯 みそ汁(水菜) アジの野菜甘酢あんかけ ブロッコリーのオイスター炒め もやし中華和え
	15 (金)	16 (土)	17 (日)	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)
朝食	ご飯 みそ汁(麩) 野菜つみれの煮物 冬瓜とオクラのポン酢和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(青梗菜) 高野豆腐の煮物 ブロッコリーのピーナツ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁(冬瓜) 車麩の卵とじ ほうれん草のお浸し ヤクルト	ご飯 みそ汁(油揚げ) いわしの梅煮 キャベツの塩こぶあえ ヤクルト	ご飯 みそ汁(大根) 白菜と竹輪のさっと煮 金時豆 ジョア(ブレン)	ご飯 みそ汁(南瓜) はんぺんの煮物 とろろ ヤクルト	ご飯 みそ汁(椎茸) 筑前煮風 ほうれん草ののわさびあえ ジョア(ストロベリー)
昼食	ご飯 みそ汁(わかめ・ねぎ) カレイの香り揚げ 豚肉と野菜のソテー りんご缶	あんかけ炒飯 中華スープ(わかめ・もやし) きゅうりとささみのサラダ 杏仁豆腐	ご飯 みそ汁(白菜・青ネギ) 白身魚の煮付け なすの焼肉炒め オレンジ	ご飯 すまし汁(花麩・豆苗) すき焼き煮 酢の物 パイン缶	ご飯 スープ(玉ねぎ・コーン) チキンとほうれん草のクリーム煮 マリネサラダ 黄桃缶	ご飯 みそ汁(麩・ねぎ) さわらのさらさ蒸し 肉じゃが 筍の木の芽和え	ご飯 すまし汁(冬瓜・水菜) チキンピカタ 空豆とエリンギのベーコン炒め バナナ
昼間食	こしあん饅頭	ワッフル	今川焼(抹茶)	はちみつカステラ	のり塩やわらかおかき	チョコレートケーキ	黒ゴマプリン
夕食	ご飯 すまし汁(えのき) 鶏肉のバジル焼き 南瓜の煮物 しめじの明太子あえ	ご飯 みそ汁(なめこ) たらのポテト焼き ウィンナーと小松菜のソテー フキのピリ辛漬	ご飯 みそ汁(春菊) ぎせい豆腐 ぜんまい五目煮 いんげんのごまあえ	ご飯 すまし汁(おくら) 焼鮭の葱ソースかけ かぶの味噌煮 菜の花の錦糸和え	ご飯 みそ汁(青梗菜) あじの幽庵焼き さつま芋の煮物 れんこんの梅肉和え	ご飯 すまし汁(とろろ昆布) 鶏肉のみそ焼き 焼売 もやしの中華和え	ご飯 みそ汁(里芋) カレイの煮つけ ビーファン炒め 大根と竹輪の和え物
	22 (金)	23 (土)	24 (日)	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)
朝食	ご飯 みそ汁(青梗菜) イカと野菜の炒め物 おからのゴマ和え ヤクルト	ご飯 みそ汁(冬瓜) 肉団子の甘酢たれ しらす和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁(しめじ) 肉詰めいなりの煮物 春雨サラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁(かぼちゃ) 白菜とさつま揚げの煮物 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁(えのき) ベーコン入りスクランブル 梅和え ジョア(ブレン)	ご飯 みそ汁(麩) 炒り豆腐 ほうれん草の塩昆布あえ ヤクルト	ご飯 みそ汁(もやし) じゃが芋のそぼろ煮 アスパラの生姜和え ジョア(ストロベリー)
昼食	ご飯 みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) アジフライ じゃが芋とブロッコリーのサラダ パイン缶	ご飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) 豆腐と海老の中華煮 大根サラダ キウイ	スープ(卵・椎茸) 焼きそば 水餃子 マンゴー	ご飯 みそ汁(豆腐・ネギ) 親子煮 ツナサラダ 洋梨缶	ご飯 すまし汁(はんぺん・みつば) 鮭のチャンチャン焼き風 ゴボウの炒り煮 里芋の明太子和え	春野菜カレー スープ(かぶ・葉) そら豆のサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 みそ汁(なす・油揚げ) さばの胡麻醤油焼き 野菜炒め 黄桃缶
昼間食	せんべい(塩とごま油風味)	ブッセ	ミニたい焼き	青りんごゼリー	フレンチクーラー	ココアプリン	あんドーナツ
夕食	ご飯 スープ(小松菜) 豚肉の塩麹焼き 厚揚げと椎茸のおろし煮 カブのごまあえ	ご飯 すまし汁(春菊) 赤魚の粕漬焼き がんもの煮物 きゅうりの酢の物	ご飯 すまし汁(花ふ) 豚バラ大根 ひじきの煮物 南瓜の生姜だれ	ご飯 すまし汁(なめこ) あじの塩焼き 切干大根の煮物 キャベツのピーナツ和え	ご飯 みそ汁(玉葱) 八宝菜 菜の花とあさりのソテー いんげんの辛子と和え	ご飯 すまし汁(水菜) えび玉 れんこんの高菜炒め 春雨サラダ	ご飯 みそ汁(麩) 鶏肉の南蛮漬 ぜんまいの煮物 白菜のおかか和え
	29 (金)	30 (土)					
朝食	ご飯 みそ汁(冬瓜) ビーファンソテー 胡瓜のポン酢あえ ヤクルト	ご飯 みそ汁(なめこ) ほうれん草と豚肉の煮物 とろろ ヨーグルト					
昼食	コンソメスープ(人参・アスパラ) ツナサンド・卵サンド ミニハンバーグトマトソース ジャーマンポテト プリン	ご飯 みそ汁(もやし・わかめ) ブリのマスタードマヨ焼き うの花炒め 春菊のお浸し					
昼間食	黒糖かすてら	サラダせんべい					
夕食	ご飯 みそ汁(小松菜) たらの薬味蒸し ごぼうと油揚げの炒め物 かぶのゆかり和え	ご飯 中華スープ(青梗菜) 麻婆豆腐 冬瓜の煮物 いんげんのくるみと和え					

【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。