

献立一覧表

2024年4月 [常食]

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
朝食		ご飯 みそ汁 ツナと大根の炒り煮 小松菜の和え物 ヨーグルト	ご飯 みそ汁 鶏と野菜の炒め物 キャベツのしらす和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ひじきとさつま揚げの煮物 ほうれん草のピーナッツ和え ジョア	ご飯 みそ汁 がんと野菜の煮物 白菜のごま和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 小松菜の卵炒め かぶのゆかり和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 ぜんまいと竹輪の炒め物 もやしのボン酢風味和え ジョア
昼食		梅ちりめんご飯 みそ汁 豚肉のくわ焼き きゅうりとわかめの酢の物 ヨーグルトフルーツソース	ご飯 豆乳スープ 白身魚のオーロラソースかけ チンゲン菜の卵炒め パイン缶	ご飯 みそ汁 蒸し鶏のごまだれかけ もやしの酢醤油和え バナナ	スパゲティナポリタン ポタージュ イタリアンサラダ フルーツポンチ	ご飯 すまし汁 たらの治部煮 じゃが芋の炒め物 りんご缶	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 春巻き揚げ パイン缶
おやつ		スイスロール	青りんごゼリー	抹茶パンケーキ	ミニたい焼き	チョコパン	芋ようかん
夕食		ご飯 すまし汁 めばるの山椒焼き ほうれん草とあさりの煮浸し スパゲティサラダ	ご飯 みそ汁 肉団子の野菜あんかけ 切干大根の煮物 かぼちゃのサラダ	ご飯 コンソメスープ ポテトとチーズのオムレツ なすとエリンギの炒め物 小松菜のサラダ	ご飯 みそ汁 白身魚のおろしソース いんげんとベーコンのソテー キャベツの和風サラダ	ご飯 みそ汁 えび団子と野菜の炒め煮 ブロッコリーのチーズ焼き 菜の花のサラダ	ご飯 みそ汁 白身魚のみりん焼き 里芋のソテー 白菜のサラダ
	7	8	9	10	11	12	13
朝食	ご飯 みそ汁 カリフラワーのみそ炒め 大根サラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 里芋とはんぺんの煮物 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 ブロッコリーとベーコンの炒め物 マカロニサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 ブレンオムレツ ほうれん草のお浸し ヨーグルト	ご飯 みそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーのおかか和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ いんげんの和え物 ジョア	ご飯 みそ汁 ウインナーのコンソメ煮 きゅうりと大豆のサラダ ヨーグルト
昼食	ご飯 すまし汁 白身魚の卵とじ キャベツとツナのソテー ヨーグルトフルーツソース	ご飯 みそ汁 海鮮野菜炒め もやしのナムル マンゴー缶	パン コンソメスープ 鶏肉のハニーマスタードソース 菜の花とかまぼこのサラダ フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 めばるの竜田揚げ 里芋と大豆の煮物 キウイ	ご飯 すまし汁 鶏肉のみそ焼き 小松菜とあさりの塩炒め パイン缶	ご飯 中華丼 中華スープ ビーフン炒め みかん缶	ご飯 すまし汁 白身魚のタルタルソース焼き ブロッコリーのチーズサラダ 黄桃缶
おやつ	せんべい	杏仁豆腐	きなこパンケーキ	ワッフル	メロンムース	ヨーグルトケーキ	クリームパン
夕食	ご飯 みそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 なすの煮物 さつま芋のごまサラダ	ご飯 すまし汁 さばの生姜煮 かぶの炒め ほうれん草とえのきの辛子和え	ご飯 みそ汁 豚肉と厚揚げのオイスターソース炒め 大根と人参の煮付け 春雨の酢の物	ご飯 コンソメスープ チキンと野菜のトマト煮 チンゲン菜の炒め物 カリフラワーのドレッシング和え	ご飯 みそ汁 たららの甘酢あん れんこんの金平 もやしのごま和え	ご飯 みそ汁 豆腐つくね照り焼き キャベツとしらすの炒め煮 かぶのマリネ	ご飯 みそ汁 あさりと野菜の卵炒め 肉団子の薄くず煮 チンゲン菜の中華和え
	14	15	16	17	18	19	20
朝食	ご飯 みそ汁 キャベツと生揚げの煮浸し スパゲティサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 がんと野菜の煮物 春菊のごまだれ ジョア	ご飯 みそ汁 じゃが芋とツナのコンソメソテー ブロッコリーとコーンのサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 かぶの洋風煮 いんげんの和風ドレッシング ヤクルト	ご飯 みそ汁 ひじきと竹輪の煮物 温泉卵 ジョア	ご飯 みそ汁 生揚げの炒め物 オクラのお浸し ヨーグルト	ご飯 みそ汁 目玉焼き カリフラワーのピーナッツ和え ヤクルト
昼食	ご飯 みそ汁 鶏肉と里芋の旨煮 ほうれん草の生姜和え フルーツカクテル缶	ご飯 コンソメスープ カニクリームコロッケ 大根とハムのマリネサラダ 白桃缶	ご飯 みそ汁 豚肉と根野菜の煮物 マカロニサラダ りんご缶	あさりと菜の花のご飯 すまし汁、さわらの西京焼き さつま揚げとじゃが芋の煮物 キャベツのゆかり和え オレンジムース	ご飯 みそ汁 えびと空豆の炒め物 さつま芋の金平 黄桃缶	ご飯 みそ汁 鶏肉のバジルソース かぼちゃの含め煮 フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 豆腐のステーキノコソース 枝豆とわかめの和え物 ヨーグルトフルーツソース
おやつ	ぶどうゼリー	プチケーキ	黒糖羹	バームクーヘン	プリン	やわらかおかき	ショコラプチケーキ
夕食	ご飯 すまし汁 さばの田楽 じゃが芋の煮物 オクラとコーンのサラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉の生姜焼き 高野豆腐の含め煮 きゅうりのサラダ	ご飯 すまし汁 白身魚の七味焼き 切り昆布の炒り煮 ほうれん草のなめ茸和え	ご飯 みそ汁 鶏の酒蒸し 白菜と油揚げの煮物 パンプキンサラダ	ご飯 すまし汁 豚肉のごまだれ炒め 車麩とふきの煮物 人参サラダ	ご飯 コンソメスープ たららのクリームソース じゃが芋のガーリックソテー ほうれん草とかにかまのサラダ	ご飯 みそ汁 中華スープ 酢鶏 もやしの三色炒め さつま芋サラダ
	21	22	23	24	25	26	27
朝食	ご飯 みそ汁 かぼちゃのそぼろあんかけ ほうれん草の辛子和え ジョア	ご飯 みそ汁 ふきとはんぺんの煮物 もやしのおかか和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ウインナーの野菜炒め 納豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 厚焼き卵 小松菜のお浸し ジョア	ご飯 みそ汁 肉詰めいなりの煮物 春菊の青じそ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ブレンオムレツ ブロッコリーのドレッシング和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 竹輪の野菜炒め いんげんと人参のごま和え ジョア
昼食	ご飯 ポタージュ 豚肉のガーリックソテー じゃが芋のコンソメ煮 みかん缶	ご飯 みそ汁 筑前煮 なすの生姜炒め りんご	ご飯 シーフードカレー コンソメスープ 春菊の香味ドレッシング マンゴー缶	ご飯 みそ汁 肉じゃが いんげんとツナの炒め物 黄桃缶	ご飯 みそ汁 マスの和風ステーキ きゅうりとかぶのサラダ パイン缶	塩麹ビビンバ わかめスープ さつま芋バター風味金平 焼き野菜サラダ 甘酒プリン	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のカレー風味焼き なすのジンジャーソテー 洋梨缶
おやつ	コーヒーゼリー	紅茶ケーキ	ストロベリーゼリー	手作りいちごケーキ	マンゴープリン	まんじゅう	オレンジムース
夕食	ご飯 みそ汁 あさりの卵とじ キャベツとベーコンのソテー かぶの和風和え	ご飯 中華スープ さばの韓国風照り焼き 菜の花の煮浸し 春雨サラダ	ご飯 みそ汁 鶏肉の中華炒め 煮奴 オクラのボン酢和え	ご飯 コンソメスープ 白身魚のチーズムニエル れんこんのベーコン炒め ブロッコリーのコーンサラダ	ご飯 中華スープ 蒸し餃子の中華ダレ チンゲン菜の豆乳煮 ごぼうサラダ	ご飯 みそ汁 めばるの旨煮 キャベツの三色炒め 春雨とひじきのサラダ	ご飯 みそ汁 つみれとれんこんの煮物 もやしの和風炒め ほうれん草のおかか和え
	28	29	30				
朝食	ご飯 みそ汁 カリフラワーとハムの炒め物 さつま芋サラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 魚肉ソーセージの野菜炒め なすのドレッシングかけ ヤクルト	ご飯 みそ汁 スクランブルエッグ ほうれん草とかにかまのサラダ ジョア				
昼食	ご飯 みそ汁 千草焼き卵 キャベツとツナのソテー みかん缶	ご飯 中華スープ 八宝菜 いんげんのしらす和え マンゴー缶	山菜とろろそば 野菜とコーンのソテー 切干大根のサラダ フルーツカクテル缶				
おやつ	スイスロール	ヨーグルトパバロア	プチシュー				
夕食	ご飯 すまし汁 白身魚の梅照り焼き かぼちゃの甘煮 三色ナムル	ご飯 みそ汁 魚すり身の松風焼 ひじきの煮物 かぶの生姜和え	ご飯 すまし汁 ねぎ塩チキン ふきとはんぺんの煮物 キャベツのサラダ				

【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。