

献立一覧表

2024年5月 [常食]

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝食				ご飯 みそ汁 さつま揚げと野菜の炒め物 もやしのポン酢風味和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 鶏と野菜の煮物 うぐいす煮豆 ヤクルト	ご飯 みそ汁 なすのそぼろあんかけ オクラのしらす和え ジョア	ご飯 みそ汁 車麩と野菜の煮物 納豆 ヨーグルト
昼食				菜飯 すまし汁 豚肉と野菜のみそ炒め ほうれん草のごま和え 黄桃缶	ご飯 みそ汁 エビカツフライ 大根とあさりの炒め煮 パイ缶	ご飯 ポタージュ イタリアンオムレツ 菜の花のサラダ りんご缶	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のガーリックソテー カリフラワーのトマト煮 黄桃缶
おやつ				ピーナッツパン	黒ごまプリン	ヨーグルトケーキ	抹茶ゼリー
夕食				ご飯 みそ汁 鱈のレモン醤油焼き 切昆布と大豆の煮物 菜の花のお浸し	ご飯 コンソメスープ 豚肉の粒マスタードソース いんげんとツナの炒め物 かぼちゃのサラダ	ご飯 みそ汁 めばるの生姜煮 れんこん金平 きゅうりのポン酢風味和え	ご飯 みそ汁 大根とつみれの煮物 キャベツの塩炒め もやしのサラダ
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ チンゲン菜とかにかまのサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 里芋と竹輪の煮物 春菊のくるみ和え ジョア	ご飯 みそ汁 厚焼き卵 蒸しなすの生姜酢和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 いんげんとハムの炒め物 スパゲティーサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 生揚げの炒め物 人参のフレンチサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 かぶのあんかけ チンゲン菜のサラダ ヨーグルト	ご飯 みそ汁 ほうれん草の卵炒め 大根とツナのサラダ ヤクルト
昼食	ご飯 みそ汁 豆腐ハンバーグきのこソース かぼちゃとベーコンのソテー マンゴー缶	ご飯 コンソメスープ 白身魚のハーブグリル じゃが芋のミルク煮 みかん缶	パン コンソメスープ チキンと豆のトマト煮 ブロッコリーのチーズサラダ フルーツカクテル缶	ご飯 みそ汁 あじの磯辺揚げ もやしとピーマンの塩炒め りんご	ご飯 みそ汁 鶏肉の中華炒め なすの煮物 黄桃缶	ご飯 みそ汁 スタミナ丼 たけのこと車麩の煮物 みかん缶	ご飯 中華スープ 豆腐とえびの中華うま煮 菜の花の辛子和え パイ缶
おやつ	和菓子	パンケーキ	吹雪まんじゅう	プチシュー	ココアプリン	ブッセケーキ	あんパン
夕食	ご飯 かき玉汁 さばのみりん焼き ぜんまいとさつま揚げの煮物 かぶの酢味噌和え	ご飯 みそ汁 豚肉と大根の甘辛煮 鶏とカリフラワーの中華炒め オクラの梅肉和え	ご飯 みそ汁 白身魚の若菜蒸 鶏とさつま芋の甘辛煮 キャベツのポン酢和え	ご飯 かき玉汁 鶏肉と高野豆腐の煮物 里芋の含め煮 人参のツナ和え	ご飯 すまし汁 白身魚のみそマヨ焼き 五目金平 白菜のピーナッツ和え	ご飯 中華スープ えび玉 鶏と長芋の炊き合わせ キャベツのナムル	ご飯 みそ汁 鶏肉の梅肉焼き ふきと油揚げの煮物 さつま芋とそら豆のサラダ
	12	13	14	15	16	17	18
朝食	ご飯 みそ汁 つみれと野菜の煮物 小松菜の磯和え ジョア	ご飯 みそ汁 あさりとかぶの炒り煮 いんげんのくるみ和え ヨーグルト	ご飯 みそ汁 野菜炒め 蒸しなすのポン酢和え ヤクルト	ご飯 みそ汁 車麩の卵とじ ブロッコリーのおかかサラダ ジョア	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
昼食	ご飯 コンソメスープ チキンと野菜のトマト煮 れんこんのベーコン炒め フルーツカクテル缶	山菜ご飯 すまし汁 白身魚の菜種焼き、若竹煮 きゅうりと大根の梅しそサラダ ケーキ	ご飯 かき玉汁 チキンカツ じゃが芋のコンソメソテー マンゴー缶	ご飯 中華スープ えびと生揚げのチリソース 冬瓜のそぼろあんかけ オレンジ	ご飯 コンソメスープ バターチキンカレー かぼちゃのレーズン煮 ブロッコリーサラダ、りんご缶	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 みかん缶
おやつ	手作りピーチヨーグルトパバロア	やわらかおかき	コーヒーゼリー	黒糖ケーキ	スイスロール	青りんごゼリー	抹茶パンケーキ
夕食	ご飯 みそ汁 生揚げの卵とじ じゃが芋の甘辛煮 チンゲン菜のポン酢和え	ご飯 すまし汁 魚すり身の松風焼 里芋のそぼろみそ炒め もやしとピーマンのサラダ	ご飯 みそ汁 白身魚のバター醤油焼き かぼちゃの煮物 もやしのお浸し	ご飯 みそ汁 キャベツとひき肉の重ね蒸し 野菜のクリーム煮 オクラとコーンのサラダ	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 スパゲティーサラダ	ご飯 みそ汁 肉団子の野菜あんかけ 切干大根の煮物 ポテトサラダ	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
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	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 小松菜とさつま揚げの煮物 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煮 もやしのポン酢風味和え ジョア	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 小松菜とハムの炒め物 マカロニサラダ ジョア	ご飯 みそ汁 プレーンオムレツ ほうれん草のお浸し ヨーグルト
昼食	ご飯 すまし汁 鱈の治部煮 ほうれん草とハムのサラダ 黄桃缶	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 ヨーグルトフルーツソース	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 春巻き揚げ 洋梨缶	京風茶そば キャベツとツナのソテー 人参のごま和え 黄桃缶	ご飯 みそ汁 海鮮野菜炒め もやしのナムル マンゴー缶	ご飯 ベイザンヌスープ ミックスグリル ポテトサラダ クリームソーダ	ご飯 みそ汁 めばるの竜田揚げ 里芋と大豆の煮物 ヨーグルトフルーツソース
おやつ	芋ようかん	チョコパン	プチケーキ	たい焼き	杏仁豆腐	せんべい	パイムース
夕食	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 中華スープ 豚肉と野菜の中華炒め じゃが芋の炒め物 カリフラワーのドレッシング和え	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	ご飯 みそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 なすの煮物 さつま芋サラダ	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
	26	27	28	29	30	31	
朝食	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	ご飯 みそ汁 キャベツと生揚げの煮浸し スパゲティーサラダ ヤクルト	ご飯 みそ汁 がんと野菜の煮物 春菊のごまだれ和え 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	
昼食	ご飯 すまし汁 豚肉とかぼちゃの甘辛煮 小松菜とあさりの塩炒め パイ缶	ご飯 みそ汁 白身魚のタルタルソース焼き かぼちゃのごま炒め みかん缶	ご飯 中華スープ あさりと野菜の卵炒め 肉団子の薄くず煮 黄桃缶	ジャージャー麺 中華スープ 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 菜の花の炒め物 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	
おやつ	クリームパン	手作りパイナップルケーキ	ワッフル	ぶどうゼリー	コーヒーロール	プリン	
夕食	ご飯 みそ汁 鱈の甘酢あん 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 すまし汁 鶏肉のみそ焼き ビーフン炒め ブロッコリーのチーズサラダ	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 切昆布の炒り煮 ほうれん草のなめ茸和え	

【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。