5月の献立表

	5月15日（火）	5月16日（水）	5月17日（木）	5月18日（金）	5月19日（土）	5月20日（日）	5月21日（月）
朝食	＜Ａ＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁(なす) ビーフふりかけ ＜共通料理＞ 香味和え(菊菜)	＜Ａ＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（豆腐） のり佃 ＜共通料理＞ キャベツのツナ和え	＜Ａ＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁(ふい) たいみそ ＜共通料理＞ 大根ｻﾗﾀﾞ	＜Ａ＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（玉ねぎ） のり佃 ＜共通料理＞ ・ひじきのドレｻﾗﾀﾞ	＜Ａ＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁(ふい) ビーフふりかけ ＜共通料理＞ 春雨サラダ	＜Ａ＞ しらす雑炊 味噌汁(えのき) ＜共通料理＞ 和え物（キャベツ）	＜Ａ＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（南瓜） 梅びしお ＜共通料理＞ カリフラワーのサラダ
昼食	・ご飯（１５０ｇ） 秋刀魚の味噌煮 きんぴらごぼう 和え物(チンゲン菜) 清汁(ふい) 缶果物（ミックス）	・ご飯（１５０ｇ） 鶏肉のもろみ焼き 南瓜のいとこ煮 わさび和え(菊菜) かき卵汁 缶果物（白桃缶）	・ご飯（１５０ｇ） ・鯖山椒煮 付合 煮物（厚揚げ） 和え物（菜の花） 清汁（とろろ） 缶果物（ミックス）	・ご飯（１５０ｇ） 油淋鶏(ユーリンチー) ・キャベツの中華炒め 春雨の中華酢の物 中華スープ(わかめ) ヨーグルト	・ご飯（１５０ｇ） さわらの照焼き じゃが芋そぼろ煮 チンゲン菜のきのこ和え 赤出し（豆腐） 果物（ｷｳｲﾌﾙｰﾂ）	・ご飯（１５０ｇ） ・すき焼き ・蒸ししゅうまい 貝割れサラダ 味噌汁（なす） ・りんごゼリー	・ご飯（１５０ｇ） チリ蒸し(鱈) ・大根煮物 オクラカツオ和え 赤出し（ワカメ） 缶果物（みかん缶）
夕食	・ご飯（１５０ｇ） ・チンジャオロース 煮物（白菜） 中華サラダ(玉ねぎ) 味噌汁(里芋) 漬物（刻みたくあん）	・ご飯 サフランタイム BBQ ・白身魚フライ たらこ煮（ほうれん草） ゴマ酢和え(もやし) 味噌汁（ふ） 漬物（野沢菜漬）	・ご飯（１５０ｇ） 豚と舞茸のバター炒め インゲンの煮物 和え物（ｶﾘﾌﾗﾜｰ） 味噌汁(さつまいも) 漬物（ハリハリ漬）	・ご飯（１５０ｇ） サンマの塩焼き 炒め煮（竹輪・レンコン） ・南瓜サラダ 味噌汁(ふい) 漬物（しば漬け）	・ご飯（１５０ｇ） 筑前煮 ・里芋の揚げだし ぬた和え(菊菜) 味噌汁（わかめ） 漬物（刻みたくあん）	・ご飯（１５０ｇ） 鮭のﾚﾓﾝ醤油蒸し 炒り豆腐 お浸し（ほうれん草） 味噌汁（麩） 漬物（野沢菜漬）	・ご飯（１５０ｇ） ・豚のバター醤油炒め ・ひじき煮 スパゲティサラダ 味噌汁(ふい) 漬物（さくら漬）
3時	☆蒸しパン（抹茶） ※抹茶ゼリー	☆もみじ饅頭 3F ※イチゴゼリー	☆スイートポテト ※青りんごゼリー	☆牛乳ケーキ ※マロンババロア	☆マイケーキ ※コーヒーゼリー	☆塩饅頭 ※ﾌﾟﾘﾝ	※パンケーキメープル ☆パインムース

✿バジル
ヨーグルトパフェ

3F 4F

✿ミント・アロエ
あんみつ

✿シナモン
プリンアラモード

✿ミツバ
誕生日ケーキ

5月の献立表

	5月22日（火）	5月23日（水）	5月24日（木）	5月25日（金）	5月26日（土）	5月27日（日）	5月28日（月）
朝食	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（麩） ・おかかふりかけ ＜共通料理＞ 大根とワカメの酢の物	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（なす） たらこふりかけ ＜共通料理＞ ﾎｳﾚﾝｿｳの錦糸和え	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（麩） ビーフふりかけ ＜共通料理＞ ｵﾆｵﾝｻﾗﾀﾞ	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（豆腐） のり佃煮 ＜共通料理＞ 磯和え(菊菜)	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁(ふ) ＜共通料理＞ ｺｰﾙｽﾛｰ	＜A＞ きのこ雑炊 味噌汁(ふ) ＜共通料理＞ ハムエッグ	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁(ふ) ・おかかふりかけ ＜共通料理＞(ｷｬﾍﾞﾂ) サウザンサラダ
昼食	カレーピラフ 春巻 カリフラワーサラダ ヨーグルト	・ご飯（１５０ｇ） 鮭の塩焼き 炒め物（インゲン） ・粒マスタード和え 味噌汁（えのき）(じゃがいも) 缶果物（パイン缶）	・ご飯（１５０ｇ） ・鰆生姜煮 ・卵の花 和え物（青梗菜）(チンゲン) 清汁（とろろ昆布） 缶果物（白桃缶）	・牛丼 菜の花しんじょ ポテトサラダ 味噌汁（ふ） 果物（ﾊﾟｲﾅｯﾌﾟﾙ）	・ご飯（１５０ｇ） ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽｿｰｽのﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ エビとチンゲン菜のソテー ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの明太マヨ和え ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（玉葱） ・オレンジゼリー	・ご飯（１５０ｇ） 太刀魚の香り揚げ 炒り豆腐 ポン酢和え(オクラ) 味噌汁(なす) 缶果物（パイン缶）	しらすわかめご飯 肉じゃが ・ソテー（カリフラワー） ほうれん草のわさび和え 清汁（ふ） 缶果物（黄桃缶）
夕食	・ご飯（１５０ｇ） 鯵の野菜あんかけ 高野豆腐 ポテトサラダ 味噌汁(ふ) 漬物（高菜漬け）	・ご飯（１５０ｇ） ・ポークチャップ ひじきの煮物 和え物（ブロッコリー） 味噌汁（豆腐） 漬物（しば漬け）	・ご飯（１５０ｇ） ・鶏から揚げみぞれ煮 カレー炒め(ｷｬﾍﾞﾂ) ・南瓜サラダ 味噌汁（ふ） 漬物（ハリハリ漬）	・ご飯（１５０ｇ） 大根と鮭の味噌煮 煮物（ひろうす） ・梅肉和え(白菜) 味噌汁（玉葱） 漬物（しば漬け）	・ご飯（１５０ｇ） 山椒煮(さんま) 炒め物（ゴボウ） ｲﾝｹﾞﾝの胡麻和え 味噌汁(わかめ) 漬物（刻みたくあん）	・ご飯（１５０ｇ） 味噌風味うま煮(鶏) 春雨の炒め物 ごま酢和え(きゅうり) 味噌汁（しめじ） 漬物（野沢菜漬）	・ご飯（１５０ｇ） ・かに玉風 煮物（大豆・ひじき） 胡麻和え(なす) 中華ｽｰﾌﾟ(玉ねぎ) 漬物（高菜漬け）
３時	☆カスタードケーキ ※リンゴゼリー	☆金つば ※イチゴババロア	☆洋菓子盛り合わせ ※グレープゼリー	☆丸ぼうろ ※抹茶ﾌﾟﾘﾝ	☆蒸しパン（ココア） ※チョコババロア	☆黒糖饅頭 ※オレンジゼリー	☆ドーナッツ ※黒糖ムース

✿ラベンダー
誕生日ケーキ

✿セージ
ブラウニー

✿サフラン・タイム
おしるこ

5月の献立表

	5月29日（火）	5月30日（水）	5月31日（木）				
朝食	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（ふ） 梅びしお ＜共通料理＞ アスパラ・コーンサラダ	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（ふ） たらこふりかけ ＜共通料理＞ ・ウインナーソテー	＜A＞ ・ご飯（１５０ｇ） 味噌汁（ふ） たらこふりかけ ＜共通料理＞ 煮浸し（チンゲン菜）				
昼食	・ご飯（１５０ｇ） ・カレイの煮付け ・なすのそぼろあんかけ ・青梗菜（チンゲン）の磯和え 味噌汁（大根） ・りんごゼリー	・ご飯（１５０ｇ） 牛肉のうま煮 切り干し大根の煮物 和え物（菊菜） かき卵汁 缶果物（パイン缶）	スパゲティナポリタン ジャガイモソテー 蒸し豚サラダ コンソメスープ（玉葱） ヨーグルト				
夕食	・ご飯（１５０ｇ） ホイコーロ ・れんこんきんぴら 和風サラダ（トマト） 中華スープ（わかめ） 漬物（さくら漬）	・ご飯（１５０ｇ） さわらの幽庵焼き ・冬瓜のかにあんかけ ポテトサラダ 味噌汁（なめこ） 漬物（ハリハリ漬）	・ご飯（１５０ｇ） ・千草焼き 付合 高野の煮物 お浸し（ほうれん草） 赤出し（豆腐） 漬物（刻みたくあん）				
３時	☆鯛焼き（あんこ） ※イチゴゼリー	☆ベルギーワッフル ※バニラババロア	☆抹茶カステラ ※抹茶ババロア				

✿ジャスミン・パセリ
餃子

✿ミント
クレープ