



5月



吉富鳳寿園

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
1 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 蒸茄子・金時豆	あさりご飯・サラダ 魚の味噌煮 茶そば・オレンジ	豚肉の生姜焼き オクラとわかめ和え 大葉かき玉汁・漬物
2 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 切干大根煮物 とろろ	ミニパン・ピカタ 鶏肉の黒酢煮 トマトスープ・バナナ おやつ ババロア	魚のおろし煮 茄子の生姜醤油煮 素麺の吸い物 漬け物
3 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト オランダ煮・茄子	赤飯・太刀魚のおろし オクラのごま和え かき玉汁・バナナ	鶏肉の甘辛煮 ほうれん草ワサビ和え コーンスープ・漬物
4 火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト なます・南瓜煮	ミニパン・ヨーグルト 野菜オムレツ きのこコンソメスープ	鮭のムニエル キャベツのサツと煮 ピーススープ・漬物
5 水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 茄子煮・酢の物	焼き鮭のとろろあん ひじきと南瓜の煮物 豆乳みそ汁・オレンジ	鶏肉のごま煮 ほうれん草マヨポン和 ミネストローネ・漬け物
6 木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 大豆と昆布煮物 蒸茄子(酢醤油)	山菜おこわ・ごま和え 鶏肉とごぼう煮物 すいとん汁・バナナ おやつ フルーチェ	魚の味噌マヨ焼き さっぱりカニポテト オクラのスープ 漬け物
7 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 豆腐煮物・酢物	枝豆みょうがご飯 とり天・サラダ けんちん汁・オレンジ	牛肉のしぐれ煮 ほうれん草のソテー 吸い物・漬け物
8 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 五日煮・和え物	豚肉の生姜焼き ミモザサラダ ミネストローネ・バナナ	魚のおろし煮 コーンの春雨サラダ 吸い物・漬け物



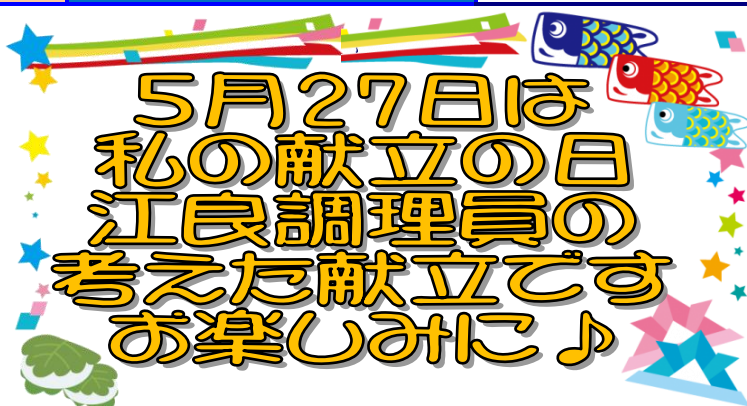
4月お弁当
 筍ご飯、鱈の香り焼き
 ほうれん草のごま和え
 ポテトサラダ・しらす干しの酢物
 けんちん汁・オレンジ・抹茶ケーキ



	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
9日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 春雨の金平 とろろ	ナポリタン・りんご コールスローサラダ ジュリエンヌスープ おやつ 水ようかん	豚肉の味噌煮 ブロッコリーの明太和 なめこみぞれ汁 漬け物
10月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 大豆煮・ごま和	三色サンドイッチ キャベツのウイナー炒め トマトスープ・ルッコラ	白身魚の梅煮 ピース豆腐(酢味噌) そばの吸物・漬物
11火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 小松菜のナムル ひじきの煮物	お弁当 豆ご飯・鱈のたたき 明太ポテサラ・煮物 けんちん汁・スイカ・饅頭	鶏肉のマーマレード煮 里芋のごま煮 モロヘイヤかき玉スープ 漬け物
12水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 豆腐煮物・酢物	桜えびご飯・サラダ 太刀魚の塩焼き 生姜スープ・バナナ	カレイの煮付け とろろ・野菜ゼリー はんぺんの味噌汁
13木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 三色なます 茄子の煮浸し	白身魚のムニエル マカロニサラダ ミネストローネ・オレンジ おやつ チョコババロア	豚肉の醤油焼き わさび醤油和え 山芋かき玉汁 漬け物
14金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 南瓜煮・和え物	いなり寿司 チンゲン菜と煮玉子 明太みぞれ汁・バナナ	チキンのトマト煮 春雨サラダ・漬け物 コンソメスープ
15土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 筑前煮・とろろ	魚の煮付け チンゲン菜の生姜煮 茶碗蒸し・バナナ	太刀魚の塩焼き トマトサラダ・漬物 カニとオクラの吸物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
16日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト えのき茸和え物 おかず金平	チキンカレー はんぺんサラダ・もずく和え・ヨーグルト おやつ プリン	鶏肉のやわらか煮 ごぼうサラダ コーンスープ 漬け物
17月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 酢物・キャベツ煮	豚肉のあっさり煮 さっぱりカニポテト 豆乳みそ汁・スイカ	マーボー豆腐 小松菜のナムル 中華風スープ・漬物
18火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 蒸茄子・大豆煮	オムライス・スイカ キャベツのウイナー炒め クリームシチュー	鮭のレモン醤油焼き とうもろこしムース そば吸物・漬け物
19水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト なます・煮浸し	レタス巻き 煮しめ盛り合わせ 鶏肉の五目汁・ルツヅ	鶏肉の黒酢煮 枝豆腐・漬物 ニラ玉スープ
20木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじきの煮物 えのき茸の和物	カレーの煮付け 干草和え・バナナ はんぺんの吸い物 おやつ抹茶どら焼き	魚の旨み中華煮 豆腐の野菜あんかけ カニの春雨スープ 漬け物
21金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 生姜煮・なます	豆腐ハンバーグ かぼちゃサラダ コーンスープ・スイカ	鶏肉の生姜照焼き ブロッコリー明太和え 豆乳みそ汁・漬物
22土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき煮・ごま和	海老のちらし寿司 煮しめ盛り合わせ けんちん汁・スイカ	魚の粕漬け焼き ほうれん草のマヨポン 大根汁・漬物
23日	ミニパン グリンピーススープ ポークビーンズ キャベツ梅和え	お好み焼き・おにぎり 大根サラダ 花麩の吸物・ヨーグルト おやつ ロールケーキ	魚の生姜煮 春雨とハムの酢の物 五目汁 漬け物
24月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 切干大根・和え	赤魚の黒酢南蛮 ポテトサラダ かき玉汁・オレンジ	白身魚のムニエル 長芋ともずく酢の物 人参スープ・漬物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
25 火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 和え物・うずら豆	サバの味噌煮・バナナ 五目オランダ煮 とろろ昆布吸い物	親子丼・野菜セリ トマトの韓国風和え 花麩の吸物
26 水	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 三杯酢・ひじき煮	団子汁・おにぎり 煮しめ・スイカ トマトのもずく和え	魚の煮付け カニの卵蒸し寄せ そばの吸物・漬物
27 木	麦ご飯・パン はんぺんみそ汁 ヤクルト 小松菜とツナ和 茄子の生姜煮	私の献立【江良調理員】 生姜と牛ごぼうのご飯 鮭の木の芽ソースかけ 卵豆腐・あさりのみそ汁 キラキラオレンジゼリー	ごはん 鶏肉の黒酢煮 ところてん オクラのとろろスープ 漬け物
28 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 豆腐煮物・茄子	魚のカルトッチョ ほうれん草のソテー 和風チャウダー・バナナ	鶏肉のごま煮・漬物 マカロニサラダ オクラとしめじ吸物
29 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 酢の物・オレンジ煮	鶏肉のやわらか煮 アスパラのごま和え トマトスープ・ルッコラ	魚の田楽・漬物 ワサビ醤油和え とろろ昆布の吸い物
30 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 金平ごぼう 春雨の酢の物	なめことろろそば おにぎり・出し巻き卵 水菜のごま和え・バナナ おやつ だら焼き	ポテトコロッケ キャベツの梅かつお あさりとトマトスープ 漬け物
31 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 三杯酢・南瓜煮	かしわめし・茄子煮 魚のおろし煮 茶碗蒸し・バナナ	豚肉の味噌焼き はんぺんサラダ きのこスープ・漬物



特別養護老人ホーム
吉富鳳寿園
令和3年5月献立表