

お花見御膳

- 🌸 ねぎトロ丼
- 🌸 鱈の菜種焼き
- 🌸 ふきの肉味噌がけ
- 🌸 そら豆と野菜の
アンチョビ炒め
- 🌸 春野菜の和風スープ
- 🌸 桜ロールケーキ



2022/04/06

特別養護老人ホーム 矢那梅の香園
令和4年4月6日

社会福祉法人
梅香会
特別養護老人ホーム
矢那梅の香園

2022年5月 献立表

							5/1(日)
朝食							米飯 味噌汁(じゃがいも、豆腐) ポイルウインナー オクラの柚子和え ふりかけ 牛乳
昼食							米飯 すまし汁(花魁、葉大根) さばのネギ塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 土佐酢和え フルーツ(マンゴー)
夕食							米飯 味噌汁(茄子、にら) 豆腐ハンバーグのきのこあんかけ スナップエンドウのサラダ 漬物
5/2(月)	5/3(火)	5/4(水)	5/5(木)	5/6(金)	5/7(土)	5/8(日)	
朝食	食パン コンソメスープ(マッシュルーム、人参) ス克蘭ブルエッグ カリフラワーサラダ ジョア	米飯 味噌汁(麩、葉大根) 肉詰めいなり煮 ほうれん草のボン酢和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) 鶏肉と根菜の煮物 小松菜のわさび和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(にら、舞茸) 竹輪の煮物 キャベツのしらす和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋・アスパラ) いわしつみれの甘辛煮 白菜のお浸し ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ、ネギ) 納豆 田舎煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜、玉ねぎ) 豆乳つみれの野菜あんかけ 小松菜の梅和え のり佃煮 ジョア
昼食	米飯 すまし汁(なると、かいわれ) 鶏肉の甘辛焼き さつま芋のレモン煮 むた和え フルーツ(みかん缶)	米飯 すまし汁(豆腐、豆腐) さわらの柚子粕漬焼き アスパラソテー もやしの錦糸和え 黒胡麻プリン	山菜そば 海老団子の中華煮 スナップエンドウの醤油マヨ和え ピーチゼリー	天津丼 中華風コンソープ 春巻き ナムル フルーツ(洋梨)	味噌飯 あさりのすまし汁 鶏肉の木の芽味噌焼き メバルの竜田揚げ ジュンサイ入もずく ビスタチオケーキ*ティラミス	米飯 味噌汁(油揚げ、かいわれ) ポークケチャップ ほうれん草のスープ煮 さつまいもサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 すまし汁(はんぺん、青ネギ) 鶏肉のピザチーズ焼き ビーマンとしらたき炒めもの マリネサラダ フルーツ(洋梨缶)
夕食	米飯 味噌汁(里芋、青ねぎ) 白身魚のコンマヨ焼き ごぼうのしくれ煮 漬物	米飯 味噌汁(なめこ、玉ねぎ) 豚肉と野菜の炒め物 山芋のみょうが和え 佃煮	米飯 味噌汁(オクラ、もやし) 白身魚のみぞれ煮 春雨の酢の物 佃煮	米飯 すまし汁(三つ葉、あおさ) 肉じゃが 春菊の生姜和え 煮豆	米飯 味噌汁(絹さや、しめじ) 厚揚げのもやしそぼろあん レンコンの胡麻和え 佃煮	麦ご飯 すまし汁(麩、青ネギ) 干草焼き 青梗菜の辛子和え 佃煮	米飯 味噌汁(かぶ、葉大根) タラのさらさ蒸し れんこんの明太マヨ和え 漬物
5/9(月)	5/10(火)	5/11(水)	5/12(木)	5/13(金)	5/14(土)	5/15(日)	
朝食	米飯 味噌汁(里芋、わかめ) ベーコンと野菜のソテー インゲンのシーフードサラダ 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁(えのき、豆腐) わかめとひじきの海鮮ステーキ オクラの生姜和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(舞茸、葉大根) はんぺんオーロラ焼き ほうれん草の和え物 ゆずみそ ヨーグルト	レーズンロール コンソメスープ(マッシュルーム、セロリ) オムレツ レタスとハムのサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、にら) 納豆 さつま揚げの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、葉大根) がんものあんかけ もやしの和え物 たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(エリンギ、玉葱) 玉子ロール キャベツの粒マスタード和え ふりかけ ヨーグルト
昼食	米飯 オニオンスープ 白身魚のバター醤油焼き 南瓜のチーズ焼き マカロニサラダ フルーツ(パイナップル缶)	米飯 すまし汁(はんぺん、長ねぎ) 鶏肉(非常食) 鶏の土佐煮 カリフラワーのサラダ いちごゼリー	米飯 すまし汁(かまぼこ、キヌサヤ) 鶏肉の柚子胡椒照り焼き ぶきの味噌きんぴら 切干大根とわかめの生姜和え フルーツ(オレンジ)	ポークカレーライス 大根サラダ マスカットゼリー ジョア	えびピラフ コブサラダ(セロリ・トマト) イカボールのトマト煮 じゃこのサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 中華スープ(青梗菜、コーン) 麻婆豆腐 しゅうまい 春雨のサラダ フルーツ(キウイ)	米飯 コブサラダ(彩りミックス、ベーコン) 鮭のクリームソース アスパラバター醤油炒め 菜の花ときのこのマリネ フルーツ(黄桃缶)
夕食	米飯 すまし汁(茄子、水菜) 豚肉の胡麻味噌炒め 山菜のみぞれ煮 煮豆	米飯 味噌汁(玉葱、麩) メバルの山椒焼き 菜の花のピーナツ和え 漬物	米飯 味噌汁(豆腐、かいわれ) さば香味焼 サウザンナムル 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、絹さや) さわらのにんにく塩焼き 山芋とオクラの和えもの 漬物	米飯 すまし汁(なると、青ネギ) カレイの煮付け 玉ねぎと竹輪の和え物 鶏レバー	米飯 すまし汁(あおさ、茗荷) 赤魚のみりん漬け焼き ブロッコリーソテー 漬物	米飯 味噌汁(麩、三つ葉) 鶏肉の胡麻漬焼き 里芋といか煮物 煮豆
5/16(月)	5/17(火)	5/18(水)	5/19(木)	5/20(金)	5/21(土)	5/22(日)	
朝食	米飯 味噌汁(舞茸、にら) 焼きさつま揚げ ほうれん草の辛子和え のり佃煮 ジョア	米飯 味噌汁(じゃがいも、ねぎ) いわしつみれの煮物 白菜のお浸し ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁(サツマイモ、葉大根) さんまの蒲焼 ブロッコリーサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき、麩) 納豆 いわしつみれの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、にら) 厚揚げの煮物 菜の花のツナ和え たいみそ 牛乳	ロールパン コンソメスープ(セロリ、人参) ウインナと野菜のソテー カリフラワーサラダ ジョア	米飯 味噌汁(南瓜、青ネギ) 花五目卵焼き 春菊の胡麻和え ふりかけ ヨーグルト
昼食	米飯 中華スープ(木耳・青ネギ) 牛肉のフルコギ風 かぼちゃの煮物 春菊のしらす和え フルーツ(りんご缶)	米飯 すまし汁(あさり・豆腐) 白身魚の西京漬焼 マカロニのカレー炒め とろろ芋 フルーツ(フルーツカクテル缶)	米飯 味噌汁(サツマイモ、葉大根) フキと湯葉の含め煮 そら豆ビーンズサラダ フルーツ(白桃缶) ヤクルト	米飯 すまし汁(あおさ、茗荷) 鶏肉の唐揚げ しらたきのたらこ炒め オクラの和え物 フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(南瓜、豆腐) きこのソテー ひじきの白和え フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(豆腐、油揚げ) タンドリーチキン ほうれん草とベーコンの Pasta もやしのカニカマ和え コーヒーゼリー	米飯 コーンスープ カレイのバター醤油焼き さつま芋の甘煮 茄子の生姜漬 ぶどうゼリー
夕食	米飯 すまし汁(花魁、水菜) メバルの山椒焼き 茄子の玉子とし 煮豆	米飯 すまし汁(はんぺん、三つ葉) 豚肉と大根の煮物 小松菜のわさび和え 昆布佃煮	米飯 味噌汁(エリンギ、かいわれ) 豆腐とえびの中華炒め 大根の和え物 漬物	米飯 コンソメスープ(マッシュルーム、人参) タラのムニエル スナップエンドウサラダ 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、青ネギ) さばの塩焼き 冬瓜の煮付け 鶏レバー	米飯 すまし汁(麩、絹さや) 赤魚の味噌焼き めかふ 佃煮	米飯 味噌汁(葱、ネギ) 鶏肉のみぞれ煮 スナップエンドウのボン酢サラダ 漬物
5/23(月)	5/24(火)	5/25(水)	5/26(木)	5/27(金)	5/28(土)	5/29(日)	
朝食	米飯 味噌汁(油揚げ、豆腐) かんぱちハンバーグ いんげんのおかか和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(にら、なめこ) 炒り豆腐 キャベツのゆかり和え ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁(さつま芋、玉ねぎ) 高野豆腐の含め煮 大根の生姜塩和え ふりかけ ヨーグルト	食パン コブサラダ(彩りMIX、コーン) 魚肉ソーセージ炒め ブロッコリーサラダ ジョア	米飯 味噌汁(南瓜、舞茸) 納豆 豆乳つみれと野菜の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(エリンギ、絹さや) はんぺんと竹輪の煮物 梅サラダ たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(三つ葉、油揚げ) 鶏五目煮 ほうれん草のくるみ和え ゆずみそ 牛乳
昼食	米飯 すまし汁(とろろ昆布、茗荷) 豚肉の塩ダレ炒め 里芋の山椒煮 カリフラワーのサラダ キャラメルプリン	米飯 すまし汁(湯葉、オクラ) アジの磯辺揚げ アスパラとセロリの塩炒め 白菜の和風和え フルーツ(パイナップル缶)	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) 鶏肉のピリ辛西京焼き ピーフンソテー 青梗菜のナムル メロンゼリー	塩ラーメン 春巻き 茄子のなめたけ和え フルーツヨーグルト	ポークカレー 野菜のスープ煮 オレンジゼリー ヤクルト	米飯 味噌汁(もやし、かいわれ) 豚肉のすき焼き風煮 じゃがいものバター炒め アスパラとチーズのサラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(にら、なめこ) カレイのカレー粉焼き かぼちゃ煮物 白菜の鹽わさび和え フルーツ(キウイ)
夕食	米飯 味噌汁(じゃがいも、大根葉) さわらの煮付け 小松菜の梅昆布和え 佃煮	米飯 コンソメスープ(人参、しめじ) 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ 漬物	米飯 すまし汁(エリンギ、青ネギ) メバルの胡麻漬焼き 冬瓜のそぼろあんかけ 佃煮	米飯 すまし汁(豆腐、あさり) プリの照り焼き ひじきの酢の物 漬物	米飯 すまし汁(花魁、青ねぎ) 白身魚のチリソースがけ きこの高菜炒め 漬物	米飯 すまし汁(ゆば、水菜) 白身魚の味噌マヨ焼き 小松菜の炒め物 佃煮	米飯 中華スープ(なると、青ネギ) 中華風炒り卵 大根の浅漬け 煮豆
5/30(月)	5/31(火)						
朝食	米飯 味噌汁(えのき、豆腐) 三色いなり煮 オクラおろし 梅干 ジョア	米飯 味噌汁(キャベツ、油揚げ) 納豆 青梗菜の煮浸し ヨーグルト					
昼食	米飯 すまし汁(竹の子・ワカメ) 赤魚の照り焼き ブロッコリーとヒキのバター炒め 小松菜のカニカマ和え フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁(さつま芋・葉大根) 鶏肉の胡麻焼き 蓮根のにんにく炒め ビーンズサラダ ピーチムース					
夕食	米飯 味噌汁(じゃがいも、三つ葉) 豚肉ともやしのとろみ炒め 中華和え 煮豆	米飯 すまし汁(とろろ昆布、青ネギ) ぎせい豆腐 山菜の煮物 佃煮					

