

令和四年度

皐月御膳

お品書き

- ・五目ご飯
- ・アサリの味噌汁
- ・カレイの  
竜田揚げ
- ・筑前煮
- ・もずく酢
- ・ベリーケーキ



特別養護老人ホーム  
いわね潮の香園  
社会福祉法人  
梅香会



特別養護老人ホーム

いわね潮の香園

令和四年五月五日

# 2022年6月 献立



	6/1(水)	6/2(木)	6/3(金)	6/4(土)	6/5(日)	
朝食	米飯 味噌汁(なめこ、水菜) オムレツ 春菊のからし和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(豆腐、いんげん) わかめとひじきの海鮮ステーキ 小松菜ピーナツ和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(葉大根、冬瓜) 車麩の煮物 ブロッコリーのサラダ たいみそ ジョア	米飯 味噌汁(油揚げ、エリンギ) ビーフンの炒め物 ほうれん草のごま和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆腐、南瓜) グラタン 春菊の生姜和え ふりかけ ジョア	
昼食(定食)	米飯 すまし汁(あおさ、みょうが) さわらの粕漬焼き 切り昆布煮 もやしと梅和え フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(白菜、オクラ) 豚肉の生姜焼 マカロニのケチャップ炒め 切干大根のサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 かき玉汁(卵、にら) 鶏肉のんにく塩焼き うの花 春雨の中華和え フルーツ(洋梨缶)	米飯 すまし汁(あさり、三つ葉) さばの味噌焼き 茄子のそぼろ煮 もずく酢 バインゼリー	米飯 味噌汁(麩、かいわれ) 白身魚のオニオン焼き 菜の花ソテー 白菜のささみ和え いちごゼリー	
夕食	米飯 味噌汁(ほうれん草、花麩) 肉じゃが シーザーサラダ 漬物	米飯 すまし汁(はんぺん、豆苗) 太刀魚の味噌煮 さつまいもサラダ 煮豆	米飯 味噌汁(なす、かいわれ) 太刀魚のパン粉焼き こんにやくの炒り煮 漬物	米飯 すまし汁(そうめん、キヌサヤ) 豚肉と里芋のうま煮 大根の和え物 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、みょうが) 親子煮 イタリアンサラダ 佃煮	
	6/6(月)	6/7(火)	6/8(水)	6/9(木)	6/10(金)	
朝食	米飯 味噌汁(オクラ、玉葱) 温泉卵 焼きさつま揚げ ヨーグルト	米飯 味噌汁(エリンギ、わかめ) がんもの煮物 青梗菜のくるみ和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜、青ネギ) ボイルウインナー 大根サラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(キャベツ、葉大根) 和風しんじょう オクラの柚子和え ふりかけ 牛乳	食パン コーンスープ ス克蘭ブルエッグ ごぼうサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、にら) 納豆 豆乳つみれの煮物 牛乳
昼食(定食)	米飯 味噌汁(小松菜、人参) 鶏肉の照り焼き しらたきのチャブチェ風 そら豆入ポテトサラダ メロンムース	米飯 中華スープ(菜の花、ベーコン) 厚揚げとなすの四川風炒め 餃子 生姜梅ナムル フルーツ(フルーツカクテル缶)	穴子飯(〇) 味噌汁 牛肉と夏野菜のスタミナ炒め アスパラの山椒煮 レタスのチーズサラダ あじさいゼリー	ポークカレー 南瓜のいとこ煮 ブロッコリーサラダ ヤクルト	ためぎうどん 豚肉と野菜の味噌炒め キャベツのツナ和え フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(わかめ、大根葉) 鮭の生姜焼き じゃが芋の煮物 シーフードサラダ フルーツ(バナナ)
昼食(洋食)	米飯 味噌汁(小松菜、人参) 赤魚のさらさ蒸し しらたきのチャブチェ風 そら豆入ポテトサラダ メロンムース	米飯 中華スープ(菜の花、ベーコン) さばのねぎ塩焼き 餃子 生姜梅ナムル フルーツ(フルーツカクテル缶)	穴子飯(〇) 味噌汁 白身魚のハニーマスタード焼き アスパラの山椒煮 レタスのチーズサラダ あじさいゼリー			米飯 味噌汁(わかめ、大根葉) 鶏肉みぞれ煮 じゃが芋の煮物 シーフードサラダ フルーツ(バナナ)
夕食	米飯 すまし汁(かまぼこ、水菜) 赤魚のさらさ蒸し ぜんまいの煮物 煮豆	米飯 味噌汁(ほうれん草、なめこ) さばのねぎ塩焼き ひじき煮 漬物	米飯 味噌汁(麩、キヌサヤ) 白身魚のハニーマスタード焼き ザーサイ和え 佃煮	米飯 すまし汁(なると、豆苗) 白肉の煮つけ 白菜のゆかり和え 鶏レバー	米飯 味噌汁(油揚げ、三つ葉) 肉団子甘酢煮 揚げ茄子のホタテあんかけ 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、茗荷) 鶏肉みぞれ煮 青梗菜のわさび和え 漬物
	6/13(月)	6/14(火)	6/15(水)	6/16(木)	6/17(金)	
朝食	米飯 味噌汁(えのき、豆苗) さんまの蒲焼き フレンチサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) 炒り卵 春菊のポン酢和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋、わかめ) 納豆 白菜の煮浸し 牛乳	米飯 味噌汁(冬瓜、青ねぎ) 海老団子の煮物 シーザーサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(人参、玉ねぎ) 卵の花 アスパラサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(油揚げ、青梗菜) ミートボール 長芋のなめたけ和え うめびしお 牛乳
昼食(定食)	米飯 味噌汁(小松菜、なめこ) 麻婆豆腐 金平ごぼう キャベツの塩昆布和え フルーツ(白桃缶)	米飯 コーンスープ フライ盛り合わせ クリームベネ ブロッコリーのサラダ マンゴーゼリー	三色丼 すまし汁(舞茸、はんぺん) 青梗菜と油揚げの炒め物 ひじきサラダ ぶどうゼリー	ちらすゆかり御飯 味噌汁(じゃがいも、オクラ) 揚げ魚あんかけ 高野豆腐の含め煮 豆サラダ フルーツ(バナナ)	米飯 卵スープ(卵、豆苗) 鶏肉のチリソースがけ こんにやくの炒り煮 ほうれん草の胡麻和え 杏仁豆腐	米飯 豆乳味噌汁(南瓜、舞茸) 肉豆腐 レンコンの炒め物 切干大根と胡瓜の中華風サラダ フルーチェ
夕食	米飯 すまし汁(なると、水菜) 鶏肉のさっぱり煮 オクラのみょうが和え 佃煮	米飯 味噌汁(エリンギ、玉ねぎ) ホッケの塩焼き 竹の子とふきの煮物 漬物	米飯 コンスープ(マッシュルーム、葉大根) 白身魚のタルタル焼き セロリのマリネ 煮豆	米飯 中華スープ(かまぼこ、かいわれ) 豚肉の味噌炒め 白菜の和え物 漬物	米飯 すまし汁(花麩、大根葉) 赤魚の生姜醤油焼き 菜の花のからしマヨ和え 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、葱) タラのチーズ焼き 春雨のソテー 漬物
	6/20(月)	6/21(火)	6/22(水)	6/23(木)	6/24(金)	
朝食	米飯 味噌汁(エリンギ、葉大根) 豆腐ハンバーグ ほうれん草のささみ和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、キヌサヤ) 納豆 車麩と野菜の煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ、たまねぎ) 温泉卵 竹輪の煮物 ジョア	食パン コーンスープ ボイルウインナー ブロッコリーとレンコンのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(豆苗、なめこ) いわしの生姜煮 青梗菜のくるみ和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(さつまいも、青ネギ) 野菜炒め 春菊のピーナツ和え のり佃煮 ヨーグルト
昼食(定食)	ハヤシライス ブロッコリーのツナ炒め キャベツとオクラのサラダ 野菜ジュース	枝豆と塩昆布のご飯 味噌汁(豆腐、水菜) 鶏肉の梅生姜焼き 白菜の煮浸し 白和え フルーツ(フルーツカクテル缶)	とんこつラーメン ニラ餃子 ほうれん草のナムル フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(南瓜、絹さや) 豚肉と野菜の甘辛炒め マカロニグラタン 海草サラダ フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(油揚げ、わかめ) チキン南蛮 冬瓜の湯葉あんかけ もやしと胡瓜の胡麻わさび和え パニラババロア	米飯 すまし汁(はんぺん、三つ葉) 鯖の味噌煮 じゃがいものたらこ炒め 人参と竹輪のたくあんマヨ 抹茶ゼリー
昼食(洋食)		枝豆と塩昆布のご飯 味噌汁(豆腐、水菜) メパルの煮つけ 白菜の煮浸し 白和え フルーツ(フルーツカクテル缶)		米飯 味噌汁(南瓜、絹さや) 赤魚と大根の粕煮 マカロニグラタン 海草サラダ フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(油揚げ、わかめ) 麻婆春雨 冬瓜の湯葉あんかけ もやしと胡瓜の胡麻わさび和え パニラババロア	
夕食	米飯 すまし汁(豆苗、あおさ) ぶりの照り焼き 青梗菜の塩ニンニク炒め 煮豆	米飯 すまし汁(かまぼこ、青ねぎ) メパルの煮つけ いんげんのおかか和え 漬物	米飯 すまし汁(舞茸、にら) 太刀魚の柚子胡椒焼き 切干大根の煮物 漬物	米飯 すまし汁(かいわれ、えのき) 赤魚と大根の粕煮 茄子のスタミナ炒め あみ佃煮	米飯 中華スープ(なると、春菊) 麻婆春雨 白菜としらすのお浸し 漬物	米飯 中華スープ(ニラ、ベーコン) かに玉 小松菜のザーサイ和え 漬物
	6/27(月)	6/28(火)	6/29(水)	6/30(木)		
朝食	米飯 味噌汁(オクラ、あさり) 納豆 冬瓜の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) 鶏つくねの煮物 春菊の梅おかつ和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(南瓜、絹さや) がんもの煮物 アスパラのツナ和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(白菜、エリンギ) たまごロール もやしサラダ ふりかけ 牛乳		
昼食(定食)	米飯 すまし汁(豆腐、わかめ) 鶏肉の七味焼き ビーフンソテー 白菜のサラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 コンスープ(マッシュルーム、アスパラ) カレイのんにく醤油焼き ナポリタン ブロッコリーのサラダ マスカットゼリー	米飯 ビーフンチュー 青梗菜の煮浸し なめたけ和え フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(茄子、豆苗) 豚肉のおろし煮 ほうれん草のガーリックソテー もずく酢 フルーツ(黄桃)		
夕食	米飯 味噌汁(かいわれ、麩) タラのバターポン酢焼き ひじき煮 佃煮	米飯 すまし汁(とろろ昆布、大根葉) 豚肉の香味焼き 切り昆布の煮物 漬物	米飯 味噌汁(三つ葉、しいたけ) さばの塩焼き キャベツの和風和え 漬物	米飯 すまし汁(しめじ、青ねぎ) 白身魚の味噌マヨ焼き 里芋の煮物 煮豆		

デイサービスについては第2週と第4週(9日・10日・20日・22日を除く)の昼食は、ご利用者様のご選択による「選択食」となっております。  
 ※デイサービス以外につきましては、「選択食」ではありませんので、予めご了承下さい。