

令和五年度

皐月御膳

メニュー

・ 五目御飯

・ あさりのお吸い物

・ 赤魚のみそ焼き

・ 春キャベツの  
粒マスタード和え

・ 紅茶のムース



特別養護老人ホーム  
いわね潮の香園

令和五年五月五日

# 2023年6月 献立表

		6/1(木)		6/2(金)		6/3(土)		6/4(日)					
朝食	デイサービスについては第2週と第4週（8日・9日・19日・21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。	米飯	味噌汁（冬瓜、葉大根） 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 ジョア	米飯	味噌汁（豆腐、水菜） ビーフンの炒め物 ブロッコリーのサラダ たいみそ ヨーグルト	米飯	味噌汁（油揚げ、エリンギ） オムレツ ほうれん草のごま和え ふりかけ 牛乳	米飯	味噌汁（玉ねぎ、南瓜） ひじき煮 春菊の青じそ和え ゆずみそ ジョア				
昼食(定食)		米飯	味噌汁（白菜、人参） 豚肉の生姜焼 マカロニサラダ フルーツ（洋梨缶）	米飯	かき玉汁（たまご、みつば） 鶏肉の甘辛焼き うの花 春雨の酢の物	米飯	すまし汁（あさり、青ネギ） さばの味噌焼き 茄子のそぼろ煮 バインゼリー	米飯	味噌汁（麩、ニラ） 白身魚のオニオン焼き 菜の花ソテー 白菜の和え物				
夕食		米飯	すまし汁（かまぼこ、豆苗） たらのムニエル さつまいもサラダ 漬物	米飯	味噌汁（なす、かいわれ） ホッケの塩焼き 山菜の煮物 漬物	米飯	すまし汁（はんぺん、キヌサヤ） 豚肉と里芋のうま煮 豚肉の生姜醤油和え 漬物	米飯	すまし汁（とろろ昆布、みょうが） 鶏肉のトマト煮 フレンチサラダ 漬物				
	6/5(月)	6/6(火)	6/7(水)	6/8(木)	6/9(金)	6/10(土)	6/11(日)						
朝食	米飯 味噌汁（菜の花、玉葱） 野菜炒め いんげんの辛子和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁（じゃが芋、わかめ） 温泉卵 えびつみれの煮物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（里芋、青ネギ） ポイルウインナー アスパラサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁（大根、大根葉） がんものあんかけ 小松菜の柚子和え のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁（なめこ、にら） 納豆 はんぺんの煮物 ジョア	食パン コーンスープ スクランブルエッグ ごぼうサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（さつまいも、豆苗） さつまいもの煮物 小松菜のさっぱり和え うめびしお 牛乳						
昼食(定食)	米飯 味噌汁（オクラ、人参） 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ メロンムース	米飯 中華スープ（ニラ、春雨） 厚揚げと茄子の四川風炒め 餃子 生姜梅ナムル	枝豆と塩昆布のご飯 あさりと麩のお吸い物 牛肉と長芋の甘辛炒め ズッキーニと帆立のマリネ あじさいゼリー	チキンカレー 南瓜のソテー ブロッコリーサラダ ヤクルト	ためきうどん 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（人参、エリンギ） 鮭の生姜焼き じゃが芋の煮物 フルーツ（バナナ）	米飯 コンソメスープ（マッシュルーム、コーン） デミグラスハンバーグ ブロッコリーのツナ炒め フルーツ（オレンジ）						
昼食(洋食)	米飯 味噌汁（オクラ、人参） たらのさらさ蒸し ポテトサラダ メロンムース	米飯 中華スープ（ニラ、春雨） さばのねぎ塩焼き 餃子 生姜梅ナムル	枝豆と塩昆布のご飯 あさりと麩のお吸い物 さわらの香味焼き ズッキーニと帆立のマリネ あじさいゼリー			米飯 味噌汁（人参、エリンギ） 鶏肉みぞれ煮 じゃが芋の煮物 フルーツ（バナナ）							
夕食	米飯 すまし汁（かまぼこ、水菜） たらのさらさ蒸し ぜんまいの煮物 佃煮	米飯 味噌汁（春菊、なめこ） さばのねぎ塩焼き スナックえんどうのサラダ 漬物	米飯 味噌汁（豆腐、キヌサヤ） さわらの香味焼き ザーサイ和え 煮豆	米飯 すまし汁（なると、豆苗） 赤魚の煮つけ 白菜のゆかり和え 漬物	米飯 味噌汁（油揚げ、三つ葉） 肉団子甘酢煮 揚げ茄子のカニカマあんかけ 漬物	米飯 すまし汁（そうめん、青ネギ） 鶏肉みぞれ煮 青梗菜のわさび和え 漬物	米飯 すまし汁（かまぼこ、かいわれ） カレイのニンニク醤油焼き 冬瓜の煮物 鶏レバー						
	6/12(月)	6/13(火)	6/14(水)	6/15(木)	6/16(金)	6/17(土)	6/18(日)						
朝食	米飯 味噌汁（えのき、南瓜） さんまの甘露煮 大根サラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁（麩、ほうれん草） 卵の花 もやしのナムル 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、ニラ） 炒り豆腐 シーザーサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁（絹さや、もやし） 豆のトマト煮 カリフラワーサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（油揚げ、青梗菜） 厚焼き玉子 ほうれん草のなめたけ和え うめびしお 牛乳	米飯 味噌汁（しめじ、玉葱） 焼きさつまいも もやしの和え物 ふりかけ ジョア						
昼食(定食)	米飯 中華スープ（小松菜、しいたけ） 麻婆豆腐 しゅうまい キャベツの梅マヨ和え	米飯 コーンスープ フライ盛り合わせ クリームマカロニ いんげんのサラダ	三色丼 味噌汁（舞茸、人参） 青梗菜とハムの炒め物 ひじきサラダ マスカットゼリー	ゆかり御飯 味噌汁（茄子、ネギ） 揚げ魚あんかけ ごぼうサラダ フルーツ（パイナップル）	米飯 味噌汁（南瓜、玉ねぎ） 肉豆腐 こんにゃくの炒り煮 杏仁豆腐	米飯 わかめスープ（わかめ、豆苗） 鶏肉のチリソースがけ レンコンの炒め 切り昆布と胡瓜の中華風サラダ	米飯 味噌汁（さつまいも、かいわれ） さわらの胡麻焼き 豚肉と野菜の卵とじ オクラの青じそ和え						
夕食	米飯 すまし汁（なると、水菜） 鶏肉の粒マスタード焼き オクラのみょうが和え 佃煮	米飯 味噌汁（エリンギ、葉大根） ホッケの塩焼き 切干大根の煮物 煮豆	米飯 コンソメスープ（玉ねぎ、菜の花） 白身魚のタルタル焼き 野菜のマリネ 漬物	米飯 中華スープ（かまぼこ、かいわれ） 豚肉の味噌炒め 小松菜の和え物 漬物	米飯 すまし汁（そうめん、大根葉） たらチーズ焼き 菜の花のからし和え 佃煮	米飯 すまし汁（とろろ昆布、葱） 鶏肉のわさび和え 漬物	米飯 すまし汁（花麩、いんげん） 鶏肉のうま煮 ブロッコリーサラダ 漬物						
	6/19(月)	6/20(火)	6/21(水)	6/22(木)	6/23(金)	6/24(土)	6/25(日)						
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 車麩と根菜の煮物 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 牛乳	食パン コーンスープ ミートボール レンコンのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（オクラ、エリンギ） 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） ビーフンのソテー 白菜としらすのお浸し ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（絹さや、しめじ） 鶏つくねの煮物 めかぶ ふりかけ ジョア						
昼食(定食)	ハヤシライス じゃが芋とアスパラのコンソメ煮 キャベツサラダ フルーツ（白桃缶）	米飯 味噌汁（豆腐、水菜） 鶏肉の梅生姜焼き 白菜の煮浸し 白和え	とんこつラーメン ニラ饅頭 そら豆のピーナツ和え フルーツ（りんご缶）	米飯 味噌汁（油揚げ、ネギ） 豚肉と野菜の甘辛炒め 海草サラダ フルーツ（キウイ）	米飯 味噌汁（南瓜、豆苗） チキン南蛮 もやしと胡瓜の胡麻わさび和え バナナパバロア	米飯 すまし汁（はんぺん、かいわれ） 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	米飯 すまし汁（麩、三つ葉） ホイコーロー炒め 田舎煮 ぶどうゼリー						
昼食(洋食)		米飯 味噌汁（豆腐、水菜） メバルの煮つけ 白菜の煮浸し 白和え		米飯 味噌汁（油揚げ、ネギ） 赤魚と大根の粕煮 海草サラダ フルーツ（キウイ）	米飯 味噌汁（南瓜、豆苗） 麻婆春雨 もやしと胡瓜の胡麻わさび和え バナナパバロア								
夕食	米飯 すまし汁（えのき、オクラ） ぶりの照り焼き 青梗菜の塩ニンニク炒め 佃煮	米飯 すまし汁（かまぼこ、青ねぎ） メバルの煮つけ いんげんのおかかポン酢 漬物	米飯 すまし汁（しいたけ、花麩） 太刀魚の青海苔焼き ふきとぜんまいの煮物 漬物	米飯 すまし汁（かいわれ、そうめん） 赤魚と大根の粕煮 茄子みょうが和え 鶏レバー	米飯 中華スープ（なると、葉大根） 麻婆春雨 菜の花のザーサイ和え 煮豆	米飯 中華スープ（ニラ、人参） かに玉 ほうれん草のナムル 漬物	米飯 すまし汁（茄子、ネギ） さわらの塩焼き スナックエンドウのソテー 漬物						
	6/26(月)	6/27(火)	6/28(水)	6/29(木)	6/30(金)	<div style="text-align: center;"> </div>							
朝食	米飯 味噌汁（春菊、あさり） 納豆 冬瓜の煮物 牛乳	米飯 味噌汁（大根、水菜） 五目煮豆 おかか和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（南瓜、ネギ） がんもの煮物 アスパラのツナ和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁（玉ねぎ、エリンギ） スクランブルエッグ もやしサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁（油揚げ、わかめ） 肉詰めいなり煮 カリフラワーサラダ うめびしお ヨーグルト								
昼食(定食)	米飯 すまし汁（豆腐、わかめ） 鶏肉の七味焼き きのこのソテー フルーツ（マンゴー）	米飯 コンソメスープ（マッシュルーム、豆苗） 鮭のんにく醤油焼き ナポリタン ブロッコリーのサラダ	鶏肉のピリ辛丼 あおさ汁（あおさ、茗荷） 青梗菜の煮浸し なめたけ和え	ポークカレー ほうれん草のガーリックソテー いんげんの柚子和え フルーツ（みかん缶）	麦ご飯 味噌汁（じゃが芋、絹さや） メバルの竜田揚げ 牛肉と豆腐のオイスター炒め とろろ芋								
夕食	米飯 味噌汁（かいわれ、舞茸） たらのパター醤油焼き 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 すまし汁（絹さや、そうめん） さばのみぞれ煮 白菜のポン酢和え 煮豆	米飯 すまし汁（しめじ、青ネギ） 白身魚の味噌マヨ焼き 里芋の煮物 漬物	米飯 すまし汁（はんぺん、葉大根） チキンチャップ 小松菜のからし和え 漬物								