

令和五年度 筍ご飯の日

メニュー

- ・筍ご飯（矢那の筍）
- ・わかめスープ
- ・八宝菜（矢那の筍）
- ・里芋とふきの胡麻煮
- ・みかん



特別養護老人ホーム
いわね潮の香園

令和五年四月十五日

2023年5月 献立表

	5/1(月)	5/2(火)	5/3(水)	5/4(木)	5/5(金)	5/6(土)	5/7(日)
朝食	米飯 味噌汁(じゃがいも、豆苗) 野菜炒め オクラの柚子和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(絹さや、大根) 卵の花 カリフラワーサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(たけのこ、葉大根) 焼きさつま揚げ ほうれん草のボン酢和え たいみそ ジョア	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) オムレツ 小松菜のわさび和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(にら、麩) 鶏つくねの煮物 いんげんのしらす和え ゆずみそ 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ、絹さや) 竹輪の煮物 白菜のお浸し ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、オクラ) 納豆 田舎煮 ヨーグルト
昼食(定食)	米飯 味噌汁(麩、葉大根) さばのネギ塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 土佐酢和え	天津井 中華スープ(アスパラ、人参) ナムル フルーツ(洋梨缶)	米飯 すまし汁(豆苗、豆腐) さわらの粕漬焼き 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PEndウの醤油マヨ和え ピーチゼリー	五目御飯 あさりのお吸い物 赤魚の味噌焼き 春キャベツの粒マスタード和え 紅茶のムース	米飯 すまし汁(なると、しめじ) 鶏肉の甘辛焼き ぬた和え フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(油揚げ、かいわれ) ポーケチャップ さつまいもサラダ フルーツ(りんご缶)
夕食	米飯 味噌汁(白菜、にら) 豆腐ハンバーグのきのこあんかけ スナッPEndウのサラダ 漬物	米飯 味噌汁(里芋、青ねぎ) 白身魚のコーンマヨ焼き ごぼうのしぐれ煮 漬物	米飯 味噌汁(なめこ、玉ねぎ) 豚肉と野菜の焼肉風 ブロッコリーのサラダ 漬物	米飯 味噌汁(オクラ、もやし) ブリのみぞれ煮 春雨サラダ 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(菜の花、南瓜) 厚揚げのもやしそぼろあん レンコンの胡麻和え 佃煮	米飯 すまし汁(そうめん、青ネギ) 干草焼き 青梗菜の辛子和え 漬物
5/8(月)	5/9(火)	5/10(水)	5/11(木)	5/12(金)	5/13(土)	5/14(日)	
朝食	米飯 味噌汁(南瓜、玉ねぎ) 温泉卵 豆乳つみれの煮物 ジョア	米飯 味噌汁(えのき、豆苗) 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 牛乳	米飯 味噌汁(里芋、わかめ) ビーフソテー インゲンのサラダ 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁(舞茸、葉大根) がんものあんかけ ほうれん草の和え物 ふりかけ ジョア	食パン コーンスープ スクランブルエッグ キャベツとハムのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋、小松菜) 納豆 さつま揚げの煮物 ジョア	米飯 味噌汁(なめこ、葉大根) はんぺんの煮物 もやしの和え物 ふりかけ 牛乳
昼食(定食)	米飯 すまし汁(はんぺん、青ネギ) 鶏肉のピザチーズ焼き ピーマンとしらたき炒めもの マリネサラダ	米飯 味噌汁(茄子、ねぎ) 親子煮 筍の土佐煮 いちごゼリー	米飯 オニオンスープ 白身魚のバター醤油焼き マカロニサラダ フルーツ(パイン缶)	米飯 すまし汁(とろろ昆布、キヌサヤ) 鶏肉の柚子胡椒照り焼き ふきの味噌きんぴら フルーツ(オレンジ)	ポークカレーライス 青梗菜のソテー 大根サラダ マスカットゼリー	米飯 味噌汁(冬瓜・青ネギ) 牛肉のブルコギ風 かぼちゃの煮物 春菊のしらす和え	米飯 中華スープ(青梗菜、しめじ) 麻婆豆腐 しゅうまい 春雨のサラダ
昼食(洋食)	米飯 すまし汁(はんぺん、青ネギ) カレイのんにく塩焼き ピーマンとしらたき炒めもの マリネサラダ	米飯 味噌汁(茄子、ねぎ) メバルの山椒焼き 筍の土佐煮 いちごゼリー	米飯 オニオンスープ 豚肉の胡麻味噌炒め マカロニサラダ フルーツ(パイン缶)	米飯 すまし汁(とろろ昆布、キヌサヤ) たららのさらさ蒸し ふきの味噌きんぴら フルーツ(オレンジ)		米飯 味噌汁(冬瓜・青ネギ) さわらの煮付け かぼちゃの煮物 春菊のしらす和え	
夕食	米飯 味噌汁(かぶ、葉大根) カレイのんにく塩焼き 小松菜の明太マヨ和え 漬物	米飯 味噌汁(ニラ、麩) メバルの山椒焼き 菜の花のピーナツ和え 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、水菜) 豚肉の胡麻味噌炒め 山菜のみぞれ煮 漬物	米飯 味噌汁(豆腐、いんげん) たららのさらさ蒸し ザーサイ和え 煮豆	米飯 すまし汁(はんぺん、絹さや) さば香味焼 オクラの和え物 漬物	米飯 すまし汁(なると、しいたけ) さわらの煮付け 玉ねぎと竹輪の青じそ和え 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 佃煮
5/15(月)	5/16(火)	5/17(水)	5/18(木)	5/19(金)	5/20(土)	5/21(日)	
朝食	米飯 味噌汁(エリンギ、絹さや) 厚焼き玉子 キャベツの粒マスタード和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(舞茸、青梗菜) ポイルウイナー ほうれん草のわさび和え のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜、ねぎ) 肉詰めいなり煮 白菜のお浸し ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつま芋、葉大根) かんぱちハンバーグ ブロッコリーサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(えのき、麩) 納豆 豆乳つみれの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(油揚げ、豆苗) 切干大根の煮物 カリフラワーサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(かぶ、絹さや) 厚揚げの炒め煮 いんげんのおかか和え ふりかけ 牛乳
昼食(定食)	米飯 コンソメスープ(玉葱、ベーコン) 鮭のクリームソース 菜の花ときのこのマリネ フルーツ(黄桃缶)	米飯 ビーフシチュー イカボールのコンソメ煮 じゃこのサラダ フルーツ(りんご缶)	麦ごはん すまし汁(あさり・豆苗) ぶりの西京漬焼 茄子の煮浸し とろろ芋	米飯 すまし汁(かまぼこ、青ネギ) 豚肉生姜焼 そら豆サラダ フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁(冬瓜、絹さや) 鶏肉の唐揚げ しらたきのたらこ炒め フルーツ(キウイ)	米飯 すまし汁(あおさ、茗荷) きのこのソテー ひじきの白和え フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(豆腐、ニラ) タンドリーチキン ほうれん草とベーコンの Pasta コーヒーゼリー
夕食	米飯 味噌汁(麩、三つ葉) 鶏肉の胡麻漬け焼き 里芋といか煮物 漬物	米飯 すまし汁(そうめん、水菜) メバルの蒲焼き風 いんげんの中華煮 漬物	米飯 すまし汁(はんぺん、オクラ) 豚肉と大根の煮物 小松菜の和ドレ和え 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) たららのムニエル スナッPEndウサラダ 漬物	米飯 すまし汁(なると、青ネギ) さばの塩焼き 冬瓜の煮付け 煮豆	米飯 すまし汁(筍、絹さや) 赤魚の味噌煮 めかぶ 漬物
5/22(月)	5/23(火)	5/24(水)	5/25(木)	5/26(金)	5/27(土)	5/28(日)	
朝食	米飯 味噌汁(南瓜、オクラ) 花玉卵焼き 春菊の胡麻和え ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(青梗菜、しいたけ) 焼きさつま揚げ 菜の花のツナ和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(ニラ、なめこ) さんま蒲焼 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) 温泉卵 キャベツのゆかり和え 高野豆腐の含め煮 ジョア	食パン パンキンスープ ミートボール ブロッコリーサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(エリンギ、絹さや) 納豆 青梗菜の煮浸し ジョア	米飯 味噌汁(キャベツ、油揚げ) 切り昆布の煮物 蓮根サラダ ふりかけ ヨーグルト
昼食(定食)	米飯 コーンスープ カレイのバター醤油焼き マカロニのカレー炒め オレンジゼリー	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	塩ラーメン 餃子 白菜の和風和え フルーツ(パイン缶)	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) 鶏肉のピリ辛西京焼き ビーフソテー 青梗菜のナムル	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 豚肉のすき焼き風煮 ビーンズサラダ ピーチムース	米飯 味噌汁(かぶ、オクラ) アジの磯辺揚げ 茄子のなめたけ和え フルーツヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし、かいわれ) 鶏肉のマーマレード焼き じゃがいものバター炒め アスパラとチーズのサラダ
昼食(洋食)	米飯 コーンスープ 鶏肉のみぞれ煮 マカロニのカレー炒め オレンジゼリー	米飯 すまし汁(とろろ昆布、茗荷) ブリの照り焼き 里芋の山椒煮 カリフラワーのサラダ		米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) メバルの胡麻漬け焼き ビーフソテー 青梗菜のナムル	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 白身魚の味噌マヨ焼き ビーンズサラダ ピーチムース	米飯 味噌汁(かぶ、オクラ) ぎせい豆腐 茄子のなめたけ和え フルーツヨーグルト	
夕食	米飯 味噌汁(油揚げ、ネギ) 鶏肉のみぞれ煮 玉葱とハムのボン酢サラダ 佃煮	米飯 味噌汁(じゃがいも、大根菜) ブリの照り焼き 小松菜の梅和え 漬物	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) メバルの胡麻漬け焼き 冬瓜のそぼろあんかけ 漬物	米飯 すまし汁(豆苗、かまぼこ) 白身魚の味噌マヨ焼き ひじきの酢の物 漬物	米飯 すまし汁(そうめん、青ネギ) ぎせい豆腐 山菜の煮物 煮豆	米飯 すまし汁(しいたけ、水菜) さわらの煮付け 小松菜の炒め物 漬物
5/29(月)	5/30(火)	5/31(水)	<div style="text-align: center;">  <p>デイサービスについては第2週と第4週(12日・24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。</p> </div>				
朝食	米飯 味噌汁(三つ葉、油揚げ) 五目煮豆 ほうれん草のくるみ和え うめびしお ジョア	米飯 味噌汁(えのき、豆苗) ちくわの煮物 オクラおろし ふりかけ 牛乳					
昼食(定食)	米飯 味噌汁(ニラ、なめこ) カレイの油揚げ焼き かぼちゃ煮物 フルーツ(キウイ)	米飯 すまし汁(竹の子・ワカメ) 赤魚のんにく焼き ブロッコリーとイカの塩たれ炒め フルーツ(白桃缶)					
夕食	米飯 中華スープ(なると、青ネギ) 中華風炒り卵 大根の浅漬 煮豆	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 漬物					