

お花見御膳

- 🌸 しらすともずくのベーコン炊き込みご飯
- 🌸 桜ます魚たれ焼 吹き寄せ風 木の芽酢かけ
- 🌸 鶏むね肉とアボカドサラダ天使の髪（ガタイフ）をのせて

※ガタイフ（糸状の生地）

- 🌸 牛肉と新玉葱と山芋の山葵ジュレ和え
- 🌸 揚げ豆腐と若竹八方椀風味
- 🌸 苺ミルク桜寄せ

特別養護老人ホーム 矢那梅の香園
令和6年4月3日（水）





2024年5月 献立表



		5/1(水)	5/2(木)	5/3(金)	5/4(土)	5/5(日)
朝食		食パン パンキンポタージュ ミートボールケチャップ煮 温野菜サラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) 鶏肉と根菜の煮物 もやしのポン酢和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(にら、椎茸) 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(なめこ、いんげん) おくら納豆 田舎煮 ジョア	米飯 味噌汁(人参・絹さや) いわしつみれの甘辛煮 白菜のお浸し ふりかけ ヨーグルト
昼食		赤飯 すまし汁(麩、豆腐) サケの照り焼き ふきの煮物 ほうれん草あえもの ケーキ	はかりめ井 野菜汁 カレイの酒焼き茗荷みぞれあんレモン風味 松菜うどとイカの酢味噌和え 竹の子とブリの健育揚げ 薫風バナナ豆腐オレンジソース仕立て	米飯 中華風コーンスープ かに玉 ナムル 杏仁豆腐	米飯 すまし汁(とろろ昆布、かいわれ) サバのごまみそ焼き ひじき煮 フルーツ(洋梨)	米飯 味噌汁(油揚げ、かいわれ) アジの柚庵焼 カリフラワーの青じそ和え フルーツ(りんご缶)
夕食		米飯 味噌汁(なめこ、玉ねぎ) 豚肉と野菜の焼肉風 ブロッコリーの和え物 煮豆	米飯 すまし汁(豆苗、あおさ) 厚揚げのそぼろあん 春菊の生姜和え 漬物	米飯 すまし汁(長葱、麩) 白身魚の山椒焼き 春雨の酢の物 佃煮	米飯 味噌汁(絹さや、しめじ) 干草焼き 青梗菜の辛子和え 煮豆	麦ご飯 すまし汁(かまぼこ、水菜) 肉じゃが レンコンの胡麻和え 佃煮
		5/6(月)	5/7(火)	5/8(水)	5/9(木)	5/10(金)
朝食	米飯 味噌汁(南瓜、玉ねぎ) オムレツの野菜あんかけ 小松菜の梅和え のり佃煮 ジョア	米飯 味噌汁(かいわれ、豆苗) ベーコンと野菜のソテー インゲンのシーフードサラダ ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(里芋・インゲン) わかめとひじきの海鮮ステーキ 菜の花のピーナツ和え 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(舞茸、葉大根) 温泉卵 エビ団子の旨煮 ふりかけ ジョア	レーズンロール コンソメスープ(マッシュルーム、玉葱) オムレツ カリフラワーのサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(じゃが芋、わかめ) 海苔納豆 さつま揚げの煮物 ヨーグルト
昼食	米飯 すまし汁(はんぺん、青ネギ) 親子煮 きのこの炒めもの マリネサラダ	きつねうどん シュウマイ ほうれん草のくるみ和え プリン	米飯 かきたま汁 揚げ魚の甘酢あん マカロニサラダ フルーツ(パイナップル)	米飯 すまし汁(しいたけ、かいわれ) 鶏肉の柚子胡椒照り焼き ぬた和え フルーツ(オレンジ)	ポークカレーライス 茄子の胡麻ポン酢和え マスカットゼリー ジョア	米飯 すまし汁(なると、青ネギ) さわらの煮付け 炒り豆腐 春菊の胡麻和え
夕食	米飯 味噌汁(かぶ、葉大根) カレイのみぞれ煮 オクラの生姜和え 漬物	米飯 味噌汁(にら、もやし) ブリの塩焼焼き 切干大根の煮物 漬物	米飯 すまし汁(花麩、豆苗) 豚肉の胡麻味噌炒め もずくの酢の物 煮豆	米飯 味噌汁(豆腐、青ネギ) サバの香味焼 もやしの辛子和え 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、絹さや) タラのさらさ蒸し 山芋とオクラの和えもの 漬物	米飯 中華スープ(木耳・白菜) 豚肉のブルコギ風 玉ねぎと竹輪の和え物 鶏レバー
		5/13(月)	5/14(火)	5/15(水)	5/16(木)	5/17(金)
朝食	米飯 すまし汁(麩、春菊) みそ玉子 キャベツの和え物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(舞茸、青梗菜) 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) 鶏つくねの煮物 白菜のお浸し たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(サツマイモ、葉大根) イワシの生姜煮 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) キムチ納豆 豆乳つみれの煮物 牛乳	ロールパン ポタージュスープ ウインナと野菜のソテー カリフラワーサラダ ジョア
昼食	米飯 味噌汁(エリンギ、玉葱) 白身魚のたらこマヨ焼 菜の花ときのこのマリネ フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(にら、もやし) ブリの塩焼焼き 切干大根の煮物 漬物	米飯 すまし汁(あさり・豆苗) ぶりの西京漬焼 マカロニのカレー炒め とろろ芋	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 味噌汁(あおさ、かいわれ) 鶏肉の唐揚げ 春雨の炒め物 フルーツ(キウイ)	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 フルーツ(黄桃缶)
夕食	米飯 味噌汁(オクラ、人参) 鶏肉の胡麻漬け焼き 里芋といか煮物 佃煮	米飯 すまし汁(花麩、水菜) 白身魚の蒲焼き風 茄子の中華煮 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 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) タラの野菜ポン酢あんかけ スナックえんどうサラダ 煮豆	米飯 味噌汁(南瓜、豆苗) 深川風卵とじ きのこのソテー 鶏レバー甘煮
		5/20(月)	5/21(火)	5/22(水)	5/23(木)	5/24(金)
朝食	米飯 味噌汁(南瓜、青ネギ) 花五目卵焼き 春菊の胡麻和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃが芋、わかめ) 厚揚げの煮物 菜の花のツナ和え たいみそ 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 梅びしお 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 コンソメ(カリフラワー、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(菜の花、えのき) しらす納豆 青梗菜の煮浸し ヨーグルト
昼食	米飯 コーンスープ チキンマーマレード焼き ポテトサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 すまし汁(とろろ昆布、青ネギ) 豚肉のオイスターソース炒め 里芋の山椒煮 フルーツ(カクテル缶)	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) アジの磯辺焼き 白菜の和風和え フルーツ(パイナップル)	米飯 すまし汁(えのき、オクラ) 鶏肉の金山きみそ焼き ビーフンのソテー 青梗菜のナムル	塩ラーメン 餃子 茄子のなめたけ和え フルーツヨーグルト	米飯 すまし汁(豆苗、はんぺん) ブリの照り焼き ひじきと玉子の炒め物 ピーチムース
夕食	米飯 味噌汁(筍、わかめ) カレイの照り焼き 茄子の生姜浸し 漬物	米飯 味噌汁(大根、大根葉) さわらの煮付け 小松菜の梅昆布和え 佃煮	米飯 すまし汁(人参、しめじ) 筑前煮 ポテトサラダ 漬物	米飯 すまし汁(エリンギ、水菜) サバの胡麻漬け焼き 冬瓜のそぼろあんかけ 佃煮	米飯 味噌汁(さつま芋・葉大根) ぎせい豆腐 ビーンズサラダ 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、青ネギ) 鶏肉みぞれ煮 厚揚げの煮物 佃煮
		5/27(月)	5/28(火)	5/29(水)	5/30(木)	5/31(金)
朝食	米飯 味噌汁(もやし、かいわれ) 鶏五目煮豆 春菊のくるみ和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき、豆苗) 三色しのだの煮物 オクラおろし ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(南瓜、絹さや) たくあん入り納豆 豆乳つみれと野菜の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(大根、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 のり佃煮 ヨーグルト	黒糖ロール 南瓜のポタージュ ポトフ ブロッコリーのサラダ ジョア	
昼食	米飯 味噌汁(わかめ、なめこ) サワラの竜田揚げ かぼちゃ煮物 フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(里芋・わかめ) 赤魚の照り焼き ブロッコリーとイカのにんにく炒め フルーツ(パイナップル)	米飯 ハヤシライス 野菜のスープ煮 オレンジゼリー ヤクルト	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 味噌汁(青梗菜、かいわれ) ホッケのみりん焼き うの花 春雨の酢の物	
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 すまし汁(竹の子、三つ葉) 豚肉ともやしのとろみ炒め 青梗菜の中華和え 漬物	米飯 すまし汁(花麩、青ねぎ) カレイの煮付 きのこの高菜炒め 漬物	米飯 すまし汁(かまぼこ、豆苗) タラの山椒焼 さつま芋サラダ 佃煮	米飯 かき玉汁(たまご、青ネギ) 鶏肉の甘辛焼き 冬瓜と山菜の煮物 漬物	