

# お花見御膳

桜ご飯

姫鯛唐揚

五目あんかけ

湯葉巻き擬製豆腐

水切りした豆腐に

野菜や卵を入れて蒸したものの

春の吹き寄せ

木の芽味噌かけ

お吸い物

抹茶ロール

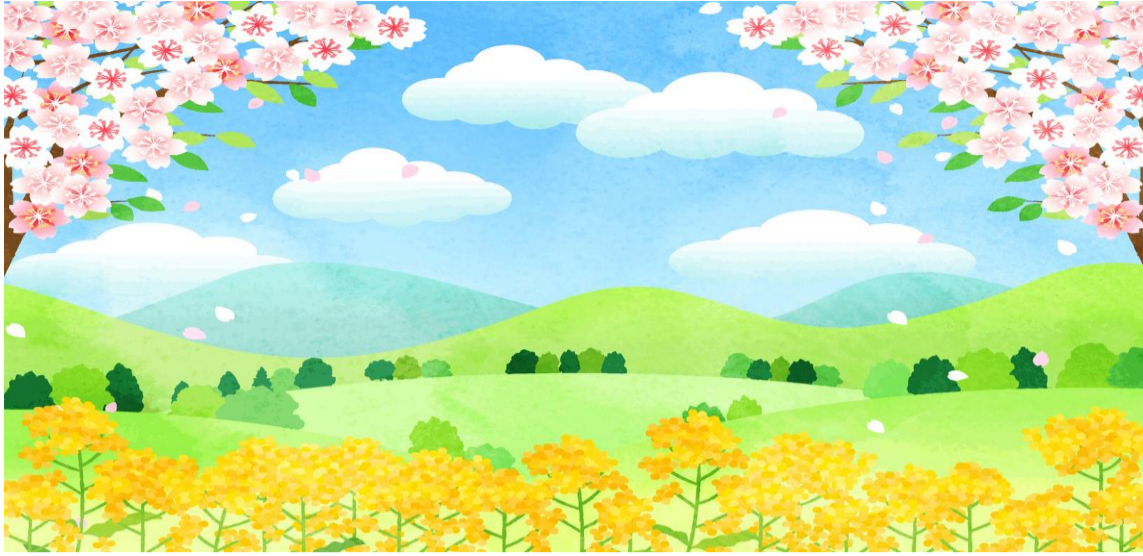


2026/04/09

特別養護老人ホーム  
令和八年四月九日

矢那梅の香園

# 2026年5月 献立表

						5/1(金)	5/2(土)	5/3(日)
朝食					米飯 味噌汁(大根) ひじき煮 しらす納豆 ヨーグルト	食パン ポタージュスープ 野菜とウインナー炒め キャベツサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) ミートボール もやしの青じそ和え ヨーグルト	
昼食					米飯 味噌汁(青梗菜) 鶏のマスタード焼き 田舎煮 フルーツ(黄桃缶)	米飯 すまし汁(はんぺん) 赤魚の西京漬焼 さつま芋のレーズン煮 白菜のお浸し	米飯 味噌汁(なめこ) マスの袖庵焼 じゃが芋とベーコンのソテー フルーツ(洋梨)	
夕食					米飯 すまし汁(卵豆腐) 鱈の山椒焼き 白瀧とピーマンの金平	米飯 味噌汁(しめじ) 千草焼き オクラのなめたけ和え	米飯 すまし汁(そうめん) 豚肉と大根のべっ甲煮 小松菜のマヨ和え	
		5/4(月)	5/5(火)	5/6(水)	5/7(木)	5/8(金)	5/9(土)	5/10(日)
朝食		米飯 味噌汁(えのき) 厚揚げの煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜) 車麩の含め煮 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(しいたけ) 豆乳つみれ煮 海苔納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(しめじ) はんぺんのバター焼き ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) 三色しのだの煮物 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) 海老団子くずあんかけ 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(オクラ) さつま揚げの煮物 ふりかけ ヨーグルト
昼食		米飯 味噌汁(菜の花) チキンマーマレード焼き 蓮根の金平 フルーツ(みかん缶)	たけのご飯 すまし汁(あさり・みつば) 鱈の木の芽みそ焼き 春キャベツとささみの粒マスタードマリネ ジュンサイ入りもずく ピスタチオケーキ	米飯 味噌汁(さつまいも) 鱈の塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 玉子豆腐	米飯 味噌汁(たまねぎ) タンドリーチキン ほうれん草とベーコンのパスタ フルーツ(パイン缶)	えびピラフ コンソメスープ(小松菜) ミニロールキャベツ(クリームソース) そら豆ビーンズサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 味噌汁(しいたけ) 白身魚のバター醤油焼き 厚揚げの煮浸し ポテトサラダ	米飯 中華スープ(青梗菜) 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ(みかん缶)
夕食		米飯 すまし汁(オクラ) 白身魚のムニエル かぶの肉味噌がけ	米飯 わかめスープ 豆腐とえびの中華炒め 青梗菜の和え物	米飯 すまし汁(花麩) 豚肉と里芋のうま煮 うの花	米飯 味噌汁(豆腐) 鱈の香味焼 かぼちゃのいとこ煮	米飯 味噌汁(油揚) タラのさらさ蒸し 玉ねぎと鶏レバーの和え物	米飯 すまし汁(ほうれん草) 豚肉のオイスターソース炒め 白菜の酢の物	米飯 味噌汁(南瓜) 赤魚のみりん漬け焼き ブロッコリーソテー
		5/11(月)	5/12(火)	5/13(水)	5/14(木)	5/15(金)	5/16(土)	5/17(日)
朝食		米飯 味噌汁(白菜) 豆腐ハンバーグの野菜あんかけ 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(小松菜) みそ玉子 もやしの和え物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) はんぺんの煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) 肉団子の煮物 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(いんげん) 切干大根の煮物 キムチ納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(キャベツ) 竹輪と冬瓜の煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) かんぱちハンバーグ 生姜和え ヨーグルト
昼食		米飯 すまし汁(わかめ) サバの味噌煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し	米飯 すまし汁(そうめん) 豚肉のブルコギ風 茄子の中華煮 フルーツ(黄桃缶)	ハヤシライス いんげんのコンソメ炒め オレンジゼリー ジョア	きつねうどん シュウマイのにらあんかけ ブロッコリーサラダ 抹茶ババロア	米飯 味噌汁(豆腐) 油淋鶏 ひじきと牛蒡の金平 マカロニサラダ	米飯 味噌汁(白菜) 白身魚のコーンマヨネーズ焼き 里芋の山椒煮 オクラと若布のポン酢がけ	米飯 中華スープ(なると) 酢鶏 いんげんとツナのサラダ フルーツ(パイン缶)
夕食		米飯 味噌汁(たまねぎ) 鶏肉の胡麻漬け焼き カリフラワーのドレッシング和え	米飯 味噌汁(豆腐) アジの蒲焼き風 大根といかボールの煮物	米飯 すまし汁(花麩) タラの野菜ポン酢あんかけ さつま芋のオレンジ煮	米飯 中華スープ(なると) 中華風炒り卵 キャベツと人参のザーサイ和え	米飯 すまし汁(はんぺん) 白身魚の生姜煮 きのこの高菜炒め	米飯 味噌汁(玉葱) 深川風卵とじ 鶏レバーともやしのソテー	米飯 味噌汁(オクラ) 赤魚の袖庵焼き 厚揚げの中華炒め
		5/18(月)	5/19(火)	5/20(水)	5/21(木)	5/22(金)	5/23(土)	5/24(日)
朝食		米飯 味噌汁(じゃがいも) 厚焼き玉子 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(わかめ) ピーマンとさつま揚げの炒め ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(油揚げ) いわしつみれの甘辛煮 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁(玉ねぎ) 高野豆腐の含め煮 漬物 ヨーグルト	食パン コンソメスープ(南瓜) 肉団子クリーム煮 カリフラワーサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(麩) 青梗菜とさつま揚げの煮浸し おくら納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(ほうれん草) 目玉焼き おかか和え ヨーグルト
昼食		米飯 すまし汁(麩) 豚肉の胡麻味噌炒め なすの煮浸し フルーツ(りんご缶)	ピースご飯 味噌汁(もやし) サワラの竜田揚げ おろし生姜あん がんもの含め煮 いちごムース	米飯 味噌汁(なめこ) 筑前煮 ひじきと玉子の炒め物 フルーツ(洋梨缶)	米飯 味噌汁(しめじ) 豚肉ともやしのとろみ炒め 春菊の中華和え メロンムース	米飯 味噌汁(冬瓜) サバの胡麻漬け焼き じゃが芋のそぼろあんかけ もずく酢	米飯 味噌汁(なす) タラのパン粉焼き 菜の花のたらこ和え フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(油揚げ) 豚肉のすき焼き風煮 山芋とオクラの梅和え フルーツ(りんご缶)
夕食		米飯 味噌汁(南瓜) 鱈の煮付け もやしのにんにく炒め	米飯 味噌汁(さつま芋) ぎせい豆腐 小松菜のピーナッツ和え	米飯 味噌汁(麩) アジの磯辺焼き 白菜の和風和え	米飯 味噌汁(小松菜) ぶりの照り焼き ブロッコリーとえびのにんにく炒め	米飯 すまし汁(豆腐) 豚肉の葱味噌焼き ビーフソテー	米飯 すまし汁(そうめん) 鶏肉みぞれ煮 キャベツとかにかまのサラダ	米飯 すまし汁(わかめ) 赤魚の粕漬け焼き 小松菜の炒め物
		5/25(月)	5/26(火)	5/27(水)	5/28(木)	5/29(金)	5/30(土)	5/31(日)
朝食		米飯 味噌汁(なめこ) がんもの煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(もやし) さつま揚げと白菜の炒め物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(青梗菜) 豆乳つみれと野菜の煮物 たくあん入り納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) 魚肉ソーセージ炒め 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁(冬瓜) ミートボール ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(エリンギ) 車麩の卵とじ のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜) 竹輪の甘辛炒め物 漬物 ヨーグルト
昼食		ポークカレー カリフラワーのマリネ フルーツ(洋梨缶) ジョア	米飯 味噌汁(麩) 親子煮 きのこの炒めもの フルーツ(黄桃缶)	焼きそば かきたま汁 春菊とレバーの香味和え バナナムース	米飯 味噌汁(菜の花) 揚げ魚の甘酢あん 海老とブロッコリーの塩炒め フルーツ(パイン缶)	米飯 味噌汁(大根) 豚肉の生姜焼 スパゲティサラダ フルーツ(マンゴー缶)	米飯 中華スープ(春雨) 麻婆茄子 クリームコロッケ もやしのナムル	米飯 すまし汁(卵豆腐) 鱈のごまみそ焼き 炊き合わせ ブロッコリーのサラダ
夕食		米飯 味噌汁(冬瓜) ますのバター醤油焼き 茄子の胡麻ポン酢和え	米飯 味噌汁(大根) あじの煮付け 菜の花の塩昆布和え	米飯 味噌汁(じゃがいも) ブリの塩麹焼き 切り昆布の煮物	米飯 味噌汁(なめこ) 鶏肉の柚子胡椒照り焼き 南瓜の甘煮	米飯 すまし汁(ほうれん草) タラの山椒焼 大根の肉味噌がけ	米飯 味噌汁(青梗菜) 赤魚の煮つけ 菜の花ソテー	米飯 味噌汁(ほうれん草) 肉じゃが レンコンのドレッシング和え