

🐟 5月のメニュー 🐟

	平成29年05月01日(月)	平成29年05月02日(火)	平成29年05月03日(水)	平成29年05月04日(木)	平成29年05月05日(金)	平成29年05月06日(土)	平成29年05月07日(日)
朝	【温】ルパン・トースト&ミックスロール 元気ヨーグルト 【温】パン・キャロット・スープ	ホワイトミルクパン ほうれん草ベーコンソテー 牛乳	イエローロール 野菜のスープ煮 牛乳	米飯 えびみそ かんぴょうの煮物 ほうれん草のおみそ汁 フルーツジュース	カスタードクリームパン ツナサラダ 牛乳	【温】ホットドッグ & ミニ山芋・パン ヨーグルト 【温】コーンスープ	アメリカンワッフル ポテトサラダ 牛乳
昼	米飯 あじのしょうが焼き ブロッコリーの和え物 じゃがいものおみそ汁	米飯 豚肉ともやし中華炒め れんこんのはさみ揚げ フルーチェ（ぶどう）	カレーピラフ ポークビーンズ 卵サラダ バナナ	米飯 ミックスフライ もやしのおろししょうゆ和え かき玉コンソメスープ	さけ散らし寿司 天ぷら しいたけのお吸いもの おはぎ	ミートスパゲティ アスパラと具柱のソテー 大豆サラダ マンゴー	ひじき御飯(半量) (冷)イカ天おろしうどん 白菜とちくわの煮物 いんげんの和え物
タ	米飯 牛肉の焼肉風 春菊のナムル もやしと卵のスープ	米飯 鮭のムニエルマトソース レタスとりんごのサラダ キャベツとベーコンのソテー	米飯 太刀魚の中華炒め 青菜ともやしの和え物 ホタテの中華スープ	米飯 がめ煮(佐賀) かけ和え(佐賀) のっぺい汁(佐賀)	米飯 かつ丼 炒り豆腐 もやしのみそ汁 プリン	米飯 【温】牛肉とキノコのオムライス炒め そばサラダ とろろ昆布のお吸いもの	米飯 鶏肉のマスタード焼き 海草サラダ 大豆のスープ
朝	【温】ビザトースト&黒糖食パン 元気ヨーグルト パン・キャロット・スープ	バターロール 野菜のトマト煮 牛乳	ホットケーキ 卵サラダ 牛乳	米飯 うめびしお 厚揚げの煮物 かぼちゃのおみそ汁 オレンジジュース	チョコチップメロンパン スクランブルエッグ 牛乳	バナナロール&ミニお食パン 元気ヨーグルト 【温】コーンスープ	黒糖ミルク 小松菜のソテー 牛乳
昼	米飯 高野豆腐のはさみ揚げ煮 オクラとひじきのさっぱりサラダ えのきのおみそ汁	米飯 白菜マーボー炒め 生姜和え 具沢山汁	焼きたてパン からあげサラダ ミネストローネ フルーチェ（りんご）	チキンカレー 南瓜サラダ 福神漬 バナナ	米飯 豚肉と豆腐の炒め物 春雨サラダ いももち	米飯 魚の豆乳野菜ソース 大根のコンソメ煮 野菜サラダ	コーンライス ハンバーググラタン 卵サラダ コンソメスープ
タ	米飯 牛肉と根菜のしぐれ煮 ごま豆腐 白菜のおろししょうゆ和え	米飯 豚肉の柳川風煮 揚げ出し豆腐 春菊の和え物	米飯 さわらのゆずおろし焼き ブロッコリーのかにあんかけ 卵豆腐	米飯 挽肉のエスニック炒め トマトと海草のサラダ ほうれん草のおみそ汁	豆ご飯 かれいのおろし煮 もやしとしめじの酢の物 具沢山みそ汁	米飯 はんぺんフライ 筑前煮 青りんごゼリー	わかめご飯 たらのとろろ蒸し 里芋の土佐煮 切干大根の酢の物
朝	【温】エッグトースト&ミニお食パン 元気ヨーグルト パン・キャロット・スープ	ウインナーと野菜のコンソメ煮 牛乳	ミニ山芋・パン・キャロット 卵と野菜のソテー 牛乳	米飯 ふりかけ（のりたまご） 切干大根の煮物 菜の花のお味噌汁 りんごジュース	ミルクパン かぼちゃのスープ煮 牛乳	【温】ハンバーガー 元気ヨーグルト コーンスープ	おいもちゃん ごぼうサラダ 牛乳
昼	オムライス チョコレートサラダ 春野菜の豚汁 マスカットゼリー	ゆかりご飯(半量) 焼きそば 酢の物 いんげんのご味噌和え	米飯 いかと野菜の炒め物 しいたけと卵の中華煮 もやしのナムル	三色そばろ丼 筍と豆腐の揚げ出し 春菊のおみそ汁 パイナップル	冷やし鶏そば 焼きぎょうざ いんげんのレモンマリネ オレンジゼリー	米飯 さばの七味焼き うま塩ポテトサラダ 豆腐のおみそ汁	米飯 バーベキューチキン ピーマンとしらすの炒め物 白桃
タ	米飯 エビチリ ナムル(ほうれん草・もやし) 生姜スープ	米飯 やわらか唐揚げ (冷)中華豆腐 カリフラワーの甘酢和え	米飯 一口カツ 青菜のぬた 里芋のお吸いもの	米飯 コロケ オクラの和え物 ほうれん草のおみそ汁	米飯 ハンバーグ ブロッコリーと卵のサラダ コーンスープ	米飯 きのこ入り鶏つくねの照り焼き 厚揚げの煮物 白菜の酢の物	米飯 かれいの利休焼き ごま豆腐 カリフラワーの和えもの
朝	【温】バナナトースト&ミニお食パン 元気ヨーグルト パン・キャロット・スープ	ワンローフパン ツナと青菜のソテー 牛乳	ぶどうパン ウインナーのスープ煮 牛乳	米飯 たいみそ がんもの煮物 しいたけのおみそ汁 ヨーグルト	イエローロール キャベツのトマト煮 牛乳	ポテトロール&ミニお食パン 元気ヨーグルト 【温】コーンスープ	イチゴジャムパン じゃがいものソテー 牛乳
昼	米飯 鮭のパン粉焼き ポテトサラダ 黒糖ミルクプリン	米飯 鶏肉のチーズ焼き オクラとわかめのごま風味サラダ フルーチェ（ぶどう）	五目チャーハン 豚肉となすの揚げ浸し 海藻サラダ 中華スープ	焼きそば ごぼうの甘辛炒め 小松菜のピーナッツ和え パパロア（チョコレート）	米飯 あじの南蛮漬け 豆腐の銀あんかけ たけのこのお吸いもの	キーマカレー 豆腐サラダ 福神漬 フルーツカクテル	わかめご飯 鶏のチリソース炒め おろし芋とレタスの醤油きんぴら シルバーサラダ
タ	米飯 すき焼き風煮 もやしと干えびの炒め物 いんげんの和え物	菜飯 魚の中華風みそ煮 菊菜のナムル ほたての中華スープ	米飯 穴子の干草焼き 五目豆 菜の花の和え物	アサリの卵とじ丼 かぼちゃの甘煮 チンゲン菜のなめたけ和え 里芋のおみそ汁	米飯 豚肉のオイスター炒め ブロッコリーのえびあんかけ なます	米飯 魚のみぞれがけ ほうれん草のおかか和え なすのおみそ汁	米飯 鮭の南部焼き 厚揚げの煮物 小松菜ともやしの和え物
朝	【温】バナナトースト&黒糖食パン 元気ヨーグルト パン・キャロット・スープ	シュガーバターコッペ じゃが芋のコンソメ煮 牛乳	十勝あんぱん カリフラワーのベーコンソテー 牛乳				
昼	米飯 さわらの幽庵焼き 春雨の韓国風炒め もずく酢	米飯 八宝菜 絹揚げの炊き合わせ カリフラワーの和え物	麦飯 アジ竜田揚げ和かんきつソース じゃがいもと鶏肉の生姜醤油炒め フルーチェ（いちご）				
タ	米飯 鶏肉と野菜クリーム煮 ブロッコリーのゆずかつお和え 青菜のコンソメスープ	米飯 そら豆ご飯 塩焼き（鮭） 根菜の炒め物 マンゴー	米飯 おでん 白菜の生姜酢和え ごぼうのおみそ汁				



●今月の行事食●

- ・5月5日（金）昼食・・・こどもの日
- ・5月10日（水）昼食・・・おたのしみメニュー

今年の春は、寒暖の差が激しいですね。朝夕はまだ温かいものが恋しくなります。最近の利用者の方のお食事の様子ですが、皆さん気持ちは常た少しの体調の変化で食事が減ったり、消化不良を起こしたりされる方が増えたように感じます。皆さんの変化をとらえながら、寄り添える食事を提供していただくと改めて感じる春でした。（管理栄養士 枝澤）