
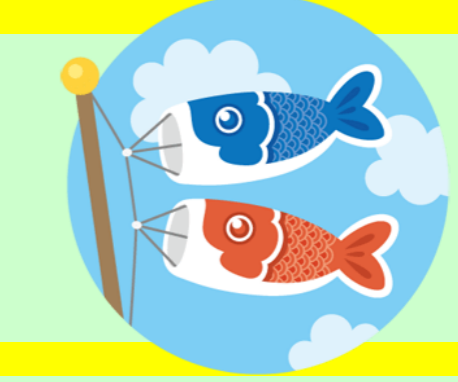


🐟 5月のメニュー 🐟

	令和05年05月01日(月)	令和05年05月02日(火)	令和05年05月03日(水)	令和05年05月04日(木)	令和05年05月05日(金)	令和05年05月06日(土)	令和05年05月07日(日)
朝	ムチーとスト&ミ食パッ(イッ) 元気ヨーグルト コーンスープ	抹茶リング ほうれん草とベーコンの炒め物 牛乳	チョコカスター 野菜のスープ煮 牛乳	ゆかり御飯 かんぴょうの煮物 小松菜のおみそ汁 オレンジジュース	りんりんりんご タマゴサラダ 牛乳	ホッパル&ミ食パッ 元気ヨーグルト クリームデザート	シュガーバターコッペ 白菜のクリーム煮 牛乳
昼	米飯 白身魚のピザ風焼き 白菜の炒め煮 フルーツ缶(マンゴー)	肉そば 竹輪の磯部揚げ フルーツ缶(カキル)	麦ごはん さばの焼き浸し 菜の花のからし和え フルーツ缶(ミカ)	米飯 鶏肉の燗焼き おなか煮 春菊の白和え	トルコライス ビーンズサラダ コンソメスープ	米飯 さわらのマスタード焼き 野菜のトマト煮 ゴボウサラダ	米飯 さわらの山椒焼き 青菜の和え物 みそ汁
夕	米飯 すき焼き風 なすのごま炒め もやしとほうれん草の和え	米飯 ひらすのから焼き がんもの煮物 冷奴	米飯 キャベツ もやし炒め マリネ	米飯 ぶりの煮付け れんこんとさつまあげの炒め物 春雨サラダ	麦ごはん 赤魚の煮つけ れんこんの甘辛炒め 青菜のお浸し	米飯 八宝菜 大根のごま油炒め チンゲン菜とササミの和え物	麦ごはん 鶏肉のみそ焼 さといもの煮物 ほうれん草のサラダ
朝	ムチーとスト&ミ食パッ 元気ヨーグルト パッパックリームスープ	黒糖ミルク 野菜ときのこのバターソテー 牛乳	おいものクリームパン カリフラワーサラダ 牛乳	わかめご飯 れんこんの煮物 しめじのおみそ汁 アップルジュース	カスタードクリームパン スクランブルエッグ 牛乳	ムチーとスト&ミ食パッ 元気ヨーグルト コーンスープ	おいものクリームパン 小松菜のソテー 牛乳
昼	鶏南蛮うどん ごぼうの炒め煮 パイン缶	米飯 あじのから揚げ 菜の花のお浸し 真沢山汁	フェイジョン(ブラジル) 鶏のからあげ インゲンツナマスタードサラダ	米飯 鶏のおろし煮 じゃこの炒め物 かぼちゃのドレッシング和え	米飯 ひらすの香草焼き きんぴらごぼう いちごゼリー	米飯 鶏肉のねぎみそ漬焼き ブロッコリーの和え 春雨スープ	米飯 豚の生姜焼き 冬瓜の煮物 フルーツポンチ
夕	米飯 かれのいのパッパッ焼き ジャーマンポテト ブロッコリーのサラダ	米飯 麻婆なす E.C.焼売・肉焼売 ほうれん草のおかか和え	米飯 牛肉の甘辛煮 キャベツのみそ炒め かぼちゃサラダ	麦ごはん エビチリ もやしのナムル かきたまスープ	米飯 ミートローフ キャベツステーキ 塩こんぶ和え	米飯 ぶりの照り焼き かぶのソテー煮 青梗菜の和え物	米飯 あじの揚げ煮 ゴボウサラダ 赤だし(厚揚げ)
朝	ピザトースト&カスタードロール 元気ヨーグルト クリームデザート	レーズンパストリー パッパッと野菜のソテー 牛乳	ムチーとスト 野菜のコンソメ煮 牛乳	菜めし だいこんの煮物 うまい菜のお味噌汁 グレープジュース	チョコカスター かぼちゃのスープ煮 牛乳	ハンバーガー 元気ヨーグルト パッパックリームスープ	抹茶リング ミートボール 牛乳
昼	米飯 さわらの幽庵焼き ほうれん草のバニラソテー もやしのボン酢和え	塩ワタシ コロケ ひじきサラダ	桜えびご飯 金目鯛のだけのこあんかけ かぶの煮物 野菜サラダ	ハラハ ほうれん草と卵のソテー シヨグルト	麦ごはん ますの焼き南蛮漬 じゃが芋煮 フルーツ缶(黄桃)	米飯 チャプチェ こうや煮 フルーツ缶(洋梨)	米飯 丹波か 小松菜の和え物 いちごゼリー
夕	麦ごはん お好み焼き風卵焼き 湯豆腐 かぶの塩こうじ和え	米飯 白身魚の和風ムニエル ミートボールの煮物 冷奴	米飯 豚肉の塩炒め インゲンのバニラソテー 春雨の酢の物	米飯 ツラの煮付け しろなの煮浸し さつま芋サラダ	米飯 鶏肉のごまみそ焼き かぼちゃのからし炒め 小松菜の和え	米飯 あじフライ・イカリング さといもの旨煮 ほうれん草のサラダ	米飯 さばのみりん焼き じゃが芋とササミのマスタード炒め トマトともすくの和え物
朝	ムチーとスト&ミ食パッ 元気ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク ツナと青菜のソテー 牛乳	カスタードクリームパン ポテトサラダ 牛乳	ゆかり御飯 大根とちくわの煮物 春菊のおみそ汁 オレンジジュース	レーズンパストリー じゃが芋とチキンのトマト煮 牛乳	ホッパル & ミ食パッ(イッ) 元気ヨーグルト クリームデザート	雑炊 松風焼き 付)春菊の和え物 牛乳
昼	米飯 かぶの煮付け ブロッコリーのサラダ フルーツ缶(パイ)	米飯 ハバグ マカロニサラダ コンソメスープ(卵)	焼きそば ツウマイ 白菜のしそ和え	米飯 ぶりの照り焼き 野菜ソテー かぼちゃのごま和え	米飯 焼きようざ・唐揚げ ミニラーメン 季節のフルーツ 赤玉メロン	麦ごはん かれのいのマスタード焼き じゃがいものカレーソテー フルーツ缶(黄桃)	ココイチ特製コロケカレー 野菜サラダ 福神漬 野菜ジュース
夕	米飯 豚肉のソテー炒め さつまいもと昆布の煮物 菜の花のねりごま和え	麦ごはん ひらすの塩麹焼き レタスとチキンボールの煮物 白菜の和え物	米飯 柳川風卵とじ こんにゃくの煮物 豆腐サラダ	米飯 きのこ入り鶏つくねの照り焼き 菜の花のからし和え コンソメスープ(しめじ)	米飯 さわらの西京焼き たけのこの煮物 ドレッシング和え	米飯 鶏すき煮 なすの炒め物 チンゲン菜のお浸し	紅鮭ごはん 野菜しんじょう 煮浸し デザート
朝	ムチーとスト&ミ食パッ 元気ヨーグルト パッパックリームスープ	レーズンパストリー 野菜のスープ煮 牛乳	黒糖パンのムチーとスト キャベツとベーコンのソテー 牛乳	 			
昼	米飯 さばの塩焼き ほうれん草のお浸し 赤だし(豆腐)	ミートパゲティ チキンナゲット お茶プリン	米飯 白身魚の唐揚げ野菜あん チンゲン菜の和え物 デザートムス(バナナ)				
夕	米飯 バーベキュー さといもの揚げ煮 しろなのさっぱり和え	米飯 赤魚の煮付け 青椒肉絲 パンプキンサラダ	麦ごはん 豚肉の生姜焼き マドアンサラダ 小松菜スープ				

●今月の行事食●

- ・5月 5日(木) 昼食・・・端午の節句メニュー
- ・5月12日(水) 昼食・・・お楽しみメニュー(世界メニュー：ブラジル)
- ・5月28日(日) 毎食・・・みんなの日曜日メニュー

日差しも段々と汗ばむ陽気になる日が増えてきました。利用者さんの服装も、チラホラと半袖に…。上の写真は、4月のお楽しみメニュー【エスパゲティコンボ】です。赤道ギニアの料理で、『コン』は【〇〇と】、『ボ』は【鶏肉】を意味します。つまり、「スパゲティと鶏肉」と言う、そのままな料理です(笑) 蓋を開け、「あ、スパゲッティに唐揚げが乗ってる!」と驚きの声。口周りにトマトソースを付け、嬉しそうに完食されました!  
(管理栄養士 Y)

