

🐟 5月のメニュー 🐟

		令和06年05月01日(水)	令和06年05月02日(木)	令和06年05月03日(金)	令和06年05月04日(土)	令和06年05月05日(日)	
朝		チョコカスター 野菜のスープ煮 牛乳	ゆかり御飯 煮物 味噌汁 アップルジュース	りんりんりんご タマゴサラダ 牛乳	ポテトロール&ショコラロール ヨーグルト コーンスープ	黒糖ミルク 白菜のクリーム煮 牛乳	
昼		米飯 白身魚のビザ風焼き なすのごま煮 キャベツの和え物	カレーうどん 焼売 フルーツ缶 マリネ	麦ごはん さばの焼き浸し 白菜の煮物 木の芽和え	米飯 鶏肉の鉄焼き 冬瓜の煮もの スイートサラダ	チキンライスプレート シーザーサラダ コンソメスープ	
夕		米飯 すき焼き風 白菜の炒め物 ツナ和え	米飯 白身魚の和風ムニエル そばろ煮 ごま風味サラダ	米飯 キッシュ もやし炒め マリネ	米飯 ぶりの煮付け おなか炒め 春雨サラダ	麦ごはん あじのから揚げ レンコンの甘辛炒め 畑菜の胡麻和え	
		令和06年05月06日(月)	令和06年05月07日(火)	令和06年05月08日(水)	令和06年05月09日(木)	令和06年05月10日(金)	
朝	トースト 野菜ときのこのソテー 牛乳	りんりんりんご 野菜のコンソメ煮 牛乳	わかめご飯 れんこんの煮物 味噌汁 グレープジュース	カスタードクリームパン スクランブルエッグ 牛乳	ホットドッグ & ミニ食パン 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	米飯 魚のパン粉焼き 昆布煮 ほうれん草の和え物	米飯 揚げだし豆腐の野菜あんかけ 大根のごま油炒め さつま芋サラダ	ヤッサ カレーソテー 炒り卵サラダ	米飯 魚のパン粉焼き ごぼうの煮物 菜の花の和え物	かき揚げそば じゃが芋のソテー もやしのごま和え	鶏そぼろあんかけ丼 味噌汁(だいこん) クリスピーレタスサラダ	米飯 ひらすの香草焼き 切干大根煮 ゼリー
夕	米飯 鶏のマスタード焼き 野菜のトマト煮 白菜の和え物	米飯 鶏肉のみそ焼き さといもの煮物 カリフラワーの胡麻ドレ和え	米飯 あじの梅風味焼き ジャーマンポテト ほうれん草のおなか和え	米飯 麻婆なす 比翼焼売 ブロッコリーの和え物	米飯 魚のビザ キャベツのみそ炒め かぼちゃサラダ	米飯 さばの竜田揚げ じゃこの炒め物 カブの塩麹和え	米飯 ミートローフ キャベツステーキ 菜の花と卵の和え物
		令和06年05月13日(月)	令和06年05月14日(火)	令和06年05月15日(水)	令和06年05月16日(木)	令和06年05月17日(金)	
朝	トースト & ショコラロール ヨーグルト クリームチーズ	レーズンパストリー バナナと野菜のソテー 牛乳	りんりんりんご カリフラワーサラダ 牛乳	ゆかり御飯 だいこんの煮物 味噌汁 アップルジュース	トースト かぼちゃのスープ煮 牛乳	ハンバーガー ヨーグルト コーンスープ	抹茶リング 白菜のソテー 牛乳
昼	米飯 鶏肉のねぎみそ漬焼き 磯部揚げ ブロッコリーの和え物	米飯 豚の生姜焼き 冬瓜の煮物 赤肉メロン	米飯 さわらの木の芽焼き ほうれん草ステーキ 豆サラダ	塩ワタシ 揚げ春巻き お茶プリン	桜えびご飯 ホキのチーズパン粉焼き 大根のごま油炒め 畑菜の和え物	米飯 キャベツ こうや煮 カブの塩麹和え	麦ごはん 魚の焼き南蛮漬(冷) じゃが芋煮 味噌汁(だいこん)
夕	米飯 ぶりの照り焼き 湯豆腐 青梗菜の和え物	米飯 たらふくの揚げ煮 ポテトの炒め物 なすの和え物	麦ごはん お好み焼き風卵焼き カブのコンソメ煮 ツナ和え	米飯 ひらすの加焼 だいこんの煮物 冷奴	米飯 豚肉の塩炒め 里芋の煮物 マカロニサラダ	米飯 フライ盛り合わせ ごぼうの旨煮 カラとわかめの和え物	米飯 鶏肉のみそ焼き カリフラワーの加炒め 胡瓜と卵の和え物
		令和06年05月20日(月)	令和06年05月21日(火)	令和06年05月22日(水)	令和06年05月23日(木)	令和06年05月24日(金)	
朝	トースト & イエローロール ヨーグルト クリームチーズ	黒糖ミルク 青菜のソテー 牛乳	レーズンパストリー 小松菜のカニカマサラダ 牛乳	わかめご飯 大根とちくわの煮物 味噌汁 グレープジュース	カスタードクリームパン トマト煮 牛乳	ホットドッグ & ロールパン ヨーグルト コーンスープ	おいものクリームパン 野菜とソーセージのソテー 牛乳
昼	米飯 揚げ鶏のレモン漬け ちくわとイカ煮 春雨ときゅうりの酢の物	米飯 弁焼 ピザソテー ほうれん草の辛子醤油和え	米飯 赤魚の煮付け しぎ茄子 ブロッコリーサラダ	シーフードカレー 卵ステーキ 小松菜の和え物 桜餅風デザート	焼きそば ポック ツナサラダ	米飯 魚の香味ソースかけ キャベツステーキ 菜の花の辛し和え	米飯 肉団子の甘酢煮 洋風卵焼き キャベツサラダ
夕	米飯 魚のたけのこあんかけ 畑菜の煮浸し 豆腐サラダ	米飯 魚のみりん焼き マスタード炒め 菜の花の和え物	米飯 豚肉のホリ酢炒め 昆布煮物 ほうれん草の胡麻和え	麦ごはん 柳川風卵とじ こんにゃくの煮物 白菜の和え物	米飯 ひらすの塩麹焼き いんげんのそばろ煮 もずく酢	米飯 麻婆豆腐 野菜ステーキ 南瓜のごまマヨ和え	米飯 さわらの味噌煮 ピーマンの炒め物 ほうれん草のなめたけ和え
		令和06年05月27日(月)	令和06年05月28日(火)	令和06年05月29日(水)	令和06年05月30日(木)	令和06年05月31日(金)	
朝	トースト & イエローロール ヨーグルト クリームチーズ	レーズンパストリー 野菜のスープ煮 牛乳	丸ロール キャベツステーキ 牛乳	ゆかり御飯 大豆の煮物 味噌汁 アップルジュース	抹茶リング ほうれん草ソテー 牛乳	<p style="text-align: center;">段々と日中は、汗ばむ時期になりました。利用者さんは中庭に出て日光浴や歩行活動をされている姿を見掛けます。下の写真は、4月のお楽しみメニュー【ソパ・パラグアージャ】【ソジョ】です。前者はトウモロコシたっぷりの卵焼き、後者はひき肉を使ったスープです。いつもの卵焼きよりもモチリな不思議食感。心なしか咀嚼がいつもより多いような…。 (管理栄養士 Y)</p>	
昼	麦ごはん かれのいマスタード焼き 冬瓜の煮物 カラのとろろ和え	八宝菜丼 ぎょうざ 春雨サラダ	米飯 さばの塩焼き じゃがいものカレーソテー 菜の花のマヨ和え	ミートパスタ キャベツのドレッシング和え カロリーメイトゼリー	米飯 白身魚の野菜あんかけ カリフラワーのソテー ほうれん草の和え物		
夕	米飯 鶏すき煮 なすの炒め物 青梗菜のお浸し	米飯 双のちゃんちゃん焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーのゆかり和え	米飯 バーベキュー さといもの揚げ煮 ほうれん草のさっぱり和え	米飯 魚の煮付け 青椒肉絲 白菜の香味和え	麦ごはん 豚肉の華風焼き 小松菜の洋風煮 マカロニサラダ		

●今月の行事食●

- ・5月05日(日) 昼食・・・端午の節句メニュー
- ・5月08日(水) 昼食・・・お楽しみメニュー(世界メニュー：マリ共和国)

