

〇〇5月献立表〇〇

豊玉デイサービス

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
	A たらものムニエル B たらものタルタルソースかけ ごはん コンソメスープ(青梗菜・えのき) 南瓜甘煮 ブロッコリーサラダ パイン缶 選択A 424 2.4 選択B 475 2.5	ごはん 味噌汁(芋・さや) 鶏肉のさっぱり煮 野菜炒め 大根のしそ風味和え 黄桃缶 422 3.1	ごはん 中華スープ(もやし・わかめ) マーボー豆腐 さつまいものレモン煮 青梗菜のナムル 漬物 499 2.8	ごはん 味噌汁(麩・かいわれ) 豚肉の生姜炒め 小松菜の煮浸し 卵豆腐 みかん缶 490 3.6	そら豆ごはん すまし汁(豆腐・万葱) さわらの葱味噌焼き 炊き合わせ 白菜の甘酢和え カクテル缶 476 3.5
	ショコラブケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 107 0.3	クリームパン、紅茶 131 0	プリン、紅茶 89 0	たいやき、ほうじ茶 106 0	パンケーキ、紅茶 87 0.2
7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
ごはん コーンスープ チキンソテーデミソース じゃが芋のコンソメ煮 ブロッコリーのミモザサラダ パイン缶 エネルギー・塩分 574 2.8	ごはん 味噌汁(大根・かいわれ) さばの煮つけ 小松菜ときのこの炒め物 春雨の酢の物 黄桃缶 542 3.1	たまご丼 味噌汁(もやし・えのき) 高野豆腐の含め煮 ほうれん草のピーナッツ和え カクテル缶 511 3.7	A 鶏肉のマヨネーズ焼き B 鶏肉のケチャップ焼き ごはん 味噌汁(かぼちゃ・揚げ) 大根の煮物 和風サラダ みかん缶 選択A 519 2.9 選択B 457 3.3	ごはん すまし汁(豆腐・万葱) かれのい沢煮 キャベツの味噌炒め インゲンの胡麻和え 漬物 392 3.4	ごはん 中華スープ(青梗菜・コーン) 八宝菜 ギョーザ 中華サラダ パイン缶 539 3.5
ロールケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 113 0	フルーチェ、紅茶 56 0.2	メーブルブチケーキ、紅茶 104 0.2	フチドックプレーン、紅茶 100 0.1	手作り蒸しパン 122 0.2	黒糖まんじゅう、ほうじ茶 70 0.1
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
ごはん 味噌汁(麩・万葱) ますの甘酢あんかけ ふきの土佐煮 青梗菜の生姜和え 黄桃缶 エネルギー・塩分 413 3.9	きつねうどん 玉子焼き 大根サラダ カクテル缶 458 3.9	ごはん 味噌汁(青梗菜・しめじ) 炒り鶏 もやしとピーマンのカレー炒め オクラの和え物 漬物 429 2.9	わかめごはん すまし汁(豆腐・かいわれ) さわらの柚子庵焼き 里芋の味噌煮 キャベツの辛子マヨ和え パイン缶 513 3.8	ごはん 中華スープ(白菜・えのき) 豚肉のオイスター炒め 豆腐のかにあんかけ 小松菜のナムル 黄桃缶 506 3.5	A ハンバーグおろしあんかけ B ハンバーグきのこあんかけ ごはん 味噌汁(玉葱・揚げ) ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃサラダ みかん缶 選択A 552 3.4 選択B 541 3.4
チョコパン、紅茶 エネルギー・塩分 133 0.1	たいやき、ほうじ茶 106 0	ロールケーキ、紅茶 113 0	吹雪まんじゅう、ほうじ茶 70 0	ショコラブケーキ、紅茶 107 0.3	ゼリー、紅茶 73 0.2
21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
チキンカレーライス コンソメスープ(青梗菜・えのき) キャベツの彩りサラダ 福神漬け カクテル缶 エネルギー・塩分 518 3.4	ごはん 中華スープ(豆腐・わかめ) 豚肉と白菜の中華風煮込み シューマイ もやしサラダ みかん缶 484 3.4	A さばの胡麻照り焼き B さばの梅風味焼き ごはん 味噌汁(玉葱・もやし) 切干大根の煮物 カリフラワーのゆかり和え パイン缶 選択A 494 3.5 選択B 491 3.6	ごはん 味噌汁(大根・揚げ) 白身フライとコロッケ 炒り豆腐 ほうれん草の磯和え 黄桃缶 514 3.5	ごはん すまし汁(麩・万葱) 松風焼き じゃが芋の煮物 きゅうりとわかめの酢の物 カクテル缶 527 3.6	ごはん 味噌汁(南瓜・さや) たら南蛮漬け 金平ごぼう 青梗菜のお浸し 漬物 451 3.1
黒糖まんじゅう、ほうじ茶 エネルギー・塩分 70 0.1	メーブルブチケーキ、紅茶 104 0.2	フチドックプレーン、紅茶 100 0.1	パンケーキ、紅茶 87 0.2	プリン、紅茶 89 0	あんぱん、ほうじ茶 131 0
28(月)	29(火)	30(水)	31(木)		
ごはん 味噌汁(小松菜・揚げ) 肉豆腐 南瓜のいとこ煮 インゲンのドレッシング和え みかん缶 エネルギー・塩分 525 3.1	ごはん 味噌汁(芋・わかめ) かれのいレモン醤油蒸し 茄子とピーマンの中華炒め オクラのなめたけ和え 漬物 408 3.2	ごはん 卵スープ(卵・葱) 豚肉のカレー風味炒め ブロッコリーのくずあんかけ マカロニサラダ 黄桃缶 566 3.5	ごはん すまし汁(麩・もやし) ますの野菜味噌焼き ひじき煮 小松菜の柚子風味和え カクテル缶 433 3		
フルーチェ、紅茶 エネルギー・塩分 56 0.2	手作り蒸しパン 122 0.2	吹雪まんじゅう、ほうじ茶 70 0	ロールケーキ、紅茶 113 0		

端午の節句

5月5日は「端午の節句」。別名「菖蒲の節句」とも呼ばれます。「魔除けの直物」として知られる菖蒲は「尚武(武を尊ぶこと)」につながることから、武士の出世を願う節句として鎌倉時代から盛大にお祝いされてきました。こどもの健やかな成長と幸福を祈る「子どもの日」として国民の祝日になったのは、1948年のことです。

柏餅

新芽が出るまで古い葉が落ちることがない「柏」の木になぞらえ、「子孫が絶えずに、末永く続きますように」というお家繁栄の願いを込めた「柏餅」。平たく丸めた上新粉の餅を半分に折って柏の葉で挟んだ、おなじみの和菓子です。中に包まれているあんは、つぶあんやこしあんのほか、地方によってはみそあんの場合もあります。



*都合により献立を変更することがあります。