

〇〇5月献立表〇〇

豊玉デイスサービス

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
昼食	ご飯 味噌汁(じゃが芋・万ネギ) 揚げ魚のマリネ(たら) 切干大根の煮物 オクラのおかか和え 黄桃缶	ご飯 味噌汁(麩・わかめ) 豚肉の生姜焼き 高野豆腐の含め煮 ブロッコリーのドレッシング和え カクテル缶	ご飯 中華スープ(ほうれん草・えのき) マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 もやしとにらのナムル 漬物	そら豆ご飯 すまし汁(卵・さや) 鱈の葱味噌焼き ぜんまいの煮物 白菜の胡麻和え パイン缶	A 魚の塩焼き(鯖) B 魚の柚子庵焼き(鯖) 米飯 味噌汁(さといも・揚げ) がらみの煮物 春雨とわかめの酢の物 黄桃缶 選択A 537 3.6 選択B 546 3.4	ご飯 コンソメスープ(卵・万葱) チキンソテー カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草の胡麻ドレ和え みかん缶
3時	エネルギー・塩分 499 3.1 メイプルプチケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 97 0	539 2.8 小麦まんじゅう、緑茶 87 0	フルーチェ、紅茶 56 0.2	520 2.6 くずまんじゅう、緑茶 52 0	501 2.1 ゼリー、紅茶 73 0	501 2.1 ロールケーキ、紅茶 103 0
	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
昼食	ご飯 味噌汁(なめこ・ねぎ) 炒り鶏 卵豆腐 小松菜の辛子和え みかん缶	たまご丼 味噌汁(大根・揚げ) チンゲン菜とハム炒め キャベツの昆布和え パイン缶	A 鶏肉のマヨネーズ焼き B 鶏肉のケチャップ焼き 米飯 味噌汁(かぼちゃ・万葱) 白菜の炒め煮 大根の甘酢和え 黄桃缶 選択A 581 2.9 選択B 520 3.3	ご飯 中華スープ(卵・にら) 八宝菜 ギョーザ ほうれん草のナムル カクテル缶	ご飯 味噌汁(玉葱・わかめ) 魚の照り焼き(鯖) 里芋の煮物 おろし和え みかん缶	ご飯 味噌汁(麩・えのき) 豚カツ なすの土佐煮 もやしのお浸し 漬物
3時	エネルギー・塩分 483 2.6 プリン、紅茶 エネルギー・塩分 90 0.1	513 3.5 バームクーヘン、紅茶 97 0	547 2.7 たいやき、緑茶 93 0.1	547 2.7 パンケーキ抹茶、紅茶 87 0.2	489 3.1 フルーツポンチ、紅茶 84 0	574 3.4 プチドッグプレーン、紅茶 91 0.1
	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
昼食	A 豆腐ハンバーグのあんかけ B 豆腐ハンバーグおろしポン酢 ご飯 味噌汁(大根・揚げ) じゃが芋の煮物 ブロッコリーのみもザサラダ パイン缶 選択A 534 3.1 選択B 536 3.2	ご飯 味噌汁(里芋・えのき) 鶏肉の胡麻焼き ふきのおかか煮 コールスローサラダ 漬物	みそラーメン 南瓜の含め煮 チンゲン菜のピーナツ和え カクテル缶	ご飯 すまし汁(花麩・三つ葉) かれないの煮つけ なすの味噌炒め 煮豆 みかん缶	ご飯 中華スープ(もやし・人参) 豚肉の細切り炒め 小松菜の煮浸し 豆腐サラダ パイン缶	菜飯 味噌汁(ほうれん草・葱) 魚の梅風味焼き(鯖) 根菜の煮物 白菜のおかか和え 黄桃缶
3時	フルーツヨーグルト、紅茶 エネルギー・塩分	110 0 カステラ、紅茶	136 0.4 クリームパン、紅茶	87 0 吹雪まんじゅう、緑茶	93 0 牛乳かん、紅茶	97 0 バームクーヘン、紅茶
	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
昼食	チキンカレー コンソメスープ(卵・万ネギ) 和風サラダ 福神漬け みかん缶	A さわらの味噌煮 B さわらの生姜焼き ご飯 すまし汁(麩・三つ葉) 炒り豆腐 小松菜の磯和え カクテル缶 選択A 527 2.8 選択B 500 2	ご飯 味噌汁(南瓜・えのき) 松風焼き 切り昆布煮つけ もやしとにらの和え物 漬物	ご飯 味噌汁(大根・揚げ) 豚肉と野菜のさっぱり和え 金平ごぼう いんげんのおかか煮 黄桃缶	ご飯 味噌汁(豆腐・なめこ) ミックスフライ(たら・コロッケ) 大根のそぼろあんかけ ほうれん草の胡麻和え カクテル缶	ご飯 中華スープ(チンゲン菜・椎茸) 豚肉と卵の野菜炒め 春雨サラダ シューマイ パイン缶
3時	エネルギー・塩分 527 3.7 ロールケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 103 0.1	527 2.8 110 0 フルーチェ、紅茶 56 0.2	530 3.8 97 0 ショコラブプチケーキ、紅茶	517 3.3 90 0.1 プリン、紅茶	562 2.9 87 0 黒糖まんじゅう、緑茶	553 2.9 73 0 ゼリー、紅茶
	30(月)	31(火)				
昼食	ご飯 味噌汁(大根・わかめ) 肉豆腐 ブロッコリーのくずあんかけ キャベツの昆布和え 黄桃缶	ご飯 けんちん汁 魚の塩焼き(魚) 南瓜ミルク煮 インゲンのドレ和え みかん缶				
3時	エネルギー・塩分 533 3.4 たいやき、緑茶 エネルギー・塩分 93 0.1	522 2.1 牛乳かん、紅茶 93 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。