

〇〇5月献立表〇〇

豊玉デイサービス

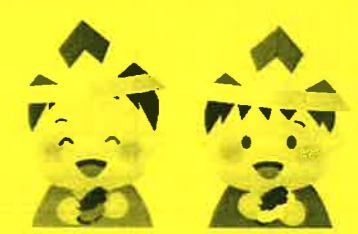
	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	
昼食	ご飯 味噌汁(じゃが芋・青葱) たらのマリネ 切干大根の煮物 オクラのおかか和え 黄桃缶 エネルギー・塩分 466 3	ご飯 味噌汁(麩・わかめ) 豚肉の生姜焼き 高野豆腐の含め煮 ブロッコリーのドレッシング和え カクテル缶 506 2.8	ご飯 中華スープ(ほうれん草・えのき) マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 もやしとにらのナムル 漬物 500 3	そら豆ご飯 すまし汁(卵・さや) 鯰の葱味噌焼き ぜんまいの煮物 白菜の胡麻和え パイン缶 490 2.6	A 鯖の塩焼き B 鯖の柚子庵焼き 米飯 味噌汁(さといも・油揚げ) がんもの煮物 春雨とわかめの酢の物 黄桃缶 選択A 505 3.6 選択B 514 3.4	ご飯 コンソメスープ(豆腐・わかめ) チキンソーテー 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 474 2.2	
3時	メイプルプテケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 97 0	小麦まんじゅう、ほうじ茶 83 0	パンケーキ、紅茶 87 0.2	くずまんじゅう、ほうじ茶 48 0	ゼリー、紅茶 73 0	ロールケーキ、紅茶 103 0	
	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	13(土)	
昼食	ご飯 味噌汁(なめこ・葱) 炒り鶏 卵豆腐 小松菜の辛子和え カクテル缶 エネルギー・塩分 464 2.6	たまご丼 味噌汁(大根・油揚げ) 高野豆腐と竹輪の煮物 キャベツの昆布和え パイン缶 533 4.1	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・青葱) 白菜の炒め煮 大根の甘酢和え 黄桃缶 選択A 555 2.9 選択B 494 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 514 2.7	ご飯 味噌汁(玉葱・わかめ) 鯖の照り焼き 里芋の煮物 菜の花の菜種和え みかん缶 475 2.8	グリーンピース御飯 コンソメスープ(玉ねぎ、カリ) 鮭のムニエル マカロニサラダ カクテル缶 505 3.3	
3時	パンケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 87 0.2	バームクーヘン、紅茶 97 0	たいやき、ほうじ茶 89 0.1	プリン、紅茶 90 0.1	フルーツポンチ、紅茶 84 0	ロールケーキ、紅茶 173 0.1	
	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(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(もやし・油揚げ) じゃが芋の煮物 ブロッコリーのミモザサラダ パイン缶 選択A 501 3 選択B 503 3.1	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 みかん缶 444 2.6	きつねうどん 卵焼き 小松菜のピーナツ和え カクテル缶 481 3.4	ご飯 すまし汁(花麩・三つ葉) かれの煮つけ なすの味噌炒め 煮豆 漬け物 487 2.5	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 488 2.6	菜飯 味噌汁(ほうれん草・麩) 鯖の梅風味焼き 根菜の煮物 白菜のおかか和え 黄桃缶 456 3.5	
3時	吹雪まんじゅう、ほうじ茶 エネルギー・塩分 83 0	カステラ、紅茶 110 0	クリームパン、紅茶 136 0.4	メイプルプテケーキ、紅茶 97 0	牛乳かん、紅茶 93 0	バームクーヘン、紅茶 97 0	
	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)	
昼食	チキンカレー コンソメスープ(卵・青葱) 和風サラダ 福神漬 みかん缶 エネルギー・塩分 500 3.7	A 鯖の味噌煮 B 鯖の生姜焼き ご飯 すまし汁(菜の花・麩) 炒り豆腐 小松菜の磯和え カクテル缶 選択A 525 2.7 選択B 498 1.9	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 漬け物 530 3.8	ご飯 味噌汁(大根・油揚げ) 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 483 3.3	ご飯 味噌汁(豆腐・なめこ) たらのフライとコロケ 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 529 2.9	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 520 2.9	
3時	ロールケーキ、紅茶 エネルギー・塩分 103 0	ブルーチェ、紅茶 56 0.2	ショコラブテケーキ、紅茶 97 0	プリン、紅茶 90 0.1	黒糖まんじゅう、ほうじ茶 83 0	プチドッグ、紅茶 90 0	
	29(月)	30(火)	31(水)				
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 エネルギー・塩分 499 3.5	ご飯 けんちん汁 鯖の塩焼き 南瓜のそぼろ煮 インゲンのドレ和え みかん缶 497 2.6	ご飯 味噌汁(ねぎ・麩) ポークチャップ じゃが芋の煮物 ほうれん草のおかか和え 漬け物 エネルギー・塩分 492 3.4				
3時	たいやき、ほうじ茶 エネルギー・塩分 89 0.1	牛乳かん、紅茶 93 0	あんパン、紅茶 131 0.2				

### 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分けて柏の葉で挟んだ、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。