



# 献立表



期 間：2018/5/6～2018/5/12

	日 6	月 7	火 8	水 9	木 10	金 11	土 12
朝食	ごはん・粥・パン 玉葱とブロッコリーのスープ煮 とろろ 煮豆 味噌汁(ほうれん草 あげ) 牛乳	ごはん・粥・パン 大豆と昆布の煮物 みつばのおかか和え 梅干し 味噌汁(えのき 卵) 牛乳	ごはん・粥・パン 金時豆と豚の甘辛煮 キャベツの辛子和え めかぶ佃煮 味噌汁(しめじ ネギ) 牛乳	ごはん・粥・パン 含め煮 納豆 梅なめたけ 味噌汁(南瓜 小ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン 白菜ソテー ねぎめた 漬物 味噌汁(豆腐 わかめ) 牛乳	ごはん・粥・パン なすみそ炒め アスパラのお浸し うにくらげ 味噌汁(かぶ かぶ菜) 牛乳	ごはん・粥・パン 卵とじ ほうれん草のお浸し たいみそ 味噌汁(えのき 大根菜) 牛乳
昼食	ごはん・粥・パン すき焼かぼちゃ 煮奴 小松菜のごま和え キウイ	キーマカレー・粥・パン 漬物 ヨーグルト	ごはん・粥・パン 南蛮漬 インゲンソテー 白菜辛子酢 味噌汁(さつま芋 小ねぎ)	ごはん・粥・パン かに玉 ひじきの甘辛煮 ブロッコリーサラダ バナナ	<DC種のお好みメニュー> 山菜 うどん そば 豆乳ココア(まめびよ)	まいたけごはん・雑炊・パン 豆腐のふんわり蒸し 酢の物 人参のたらこ炒め 味噌汁(里芋 ねぎ)	ごはん・粥・パン ブリの照り焼き 冷奴の梅ソース ターツァイのピーナッツ和え グレープフルーツ
夕食	ごはん・粥・パン 銀カレイのみそ焼 野菜炒め もずく酢 味噌汁(ふのり)	ごはん・粥・パン 白身魚の野菜あんかけ おろし和え 煮浸し りんご	青菜ごはん・雑炊・パン 鶏肉のクリーム煮 ずいきの炒め煮 ターツァイのくすみ和え グレープフルーツ	ごはん・粥・パン 赤魚のゆず風味焼 バターコーン しめじサラダ 味噌汁(えのき 長ネギ)	わかめごはん・雑炊・パン 空也蒸し かぼちゃサラダ キャベツの辛子和え キウイ	ごはん・粥・パン たらごまみそ焼き 白菜のアーモンド和え ずんだ和え オレンジ	ごはん・粥・パン 牛肉とレタスのかき油炒め 煮豆 しいたけの当座煮 味噌汁(ふのり)
3時	オムレット ミロ	おやき 梅茶	レアチーズケーキ	いちごクレープ	かえでの実	桜ロールケーキ レモンティ	黒糖まんじゅう 緑茶



# 献立表



期 間：2018/5/13～2018/5/19

	日 13	月 14	火 15	水 16	木 17	金 18	土 19
朝食	ごはん・粥・パン 煮魚(ほっけ) 酢味噌和え のり佃煮 味噌汁(南瓜 ネギ)★ 牛乳	ごはん・粥・パン ほうれん草ソテー ごぼうサラダ 野沢菜昆布 味噌汁(なす 麩)★ 牛乳	ごはん・粥・パン 栗と生あげの煮付け 白菜の磯辺和え めかぶ佃煮 味噌汁(オクラ 玉葱)★ 牛乳	ごはん・粥・パン うの花炒り 梅肉和え たいみそ 味噌汁(キヌサヤ ふのり) 牛乳	ごはん・粥・パン 炒り豆腐 もずく酢 ごま昆布 味噌汁(岩のり) 牛乳	ごはん・粥・パン セロリ炒め 大根サラダ たこのやわらか煮 味噌汁(なめこ みつば) 牛乳	ごはん・粥・パン 大豆と昆布の煮物 チーズサラダ ひじきふりかけ 味噌汁(豆腐 キヌサヤ) 牛乳
昼食	ごはん・粥・パン 鶏肉の照り焼き オクラ和え ずいきの炒め煮 味噌汁(えのき)	ごはん・粥・パン ほたて入りうま煮 小松菜のお浸し もやしサラダ 味噌汁(さつま芋 小ネギ)★	ごはん・粥・パン カレーのごま揚げ 大豆とひじきの煮物 セロリ酢和え オレンジ	<3Fバイキング昼食会> 春メニューのバイキング <2FDC春メニューの日> 山菜おこわ・雑炊・パン 鶏肉の木の芽味噌焼 うどの酢みそ和え おろし和え メロン	ごはん・粥・パン 中華炒め 人参しりしり オクラ和え りんご	ごはん・粥・パン そいのみぞれ煮 ひじきと焼豆腐の煮物 生姜みそ和え 味噌汁(里芋 しそ)	梅ちりごはん・雑炊・パン ロールキャベツ マリネ マカロニソテー 飲むヨーグルト
夕食	ごはん・粥・パン 変わり揚げ出し豆腐 イカのワカメ酢 キャベツのごま和え 味噌汁(あげ なめこ)	ごはん・粥・パン 宝来蒸し ずんだ和え なすの中華和え バナナ	ごはん・粥・パン えびと卵のあっさり炒め 煮浸し 豆サラダ 味噌汁(とろろ ネギ)	ごはん・粥・パン 赤魚のごま焼き チンゲン菜の炒め物 煮豆 味噌汁(卵 ねぎ)	ごはん・粥・パン 肉詰めピーマン ふきと竹の子の炒め煮 トマトサラダ 味噌汁(あげ ねぎ)	<2Fお好みメニュー> ごはん・粥・パン 酢豚 又は えびのチリソース 炒りこんにやく にらの酢醤油和え バナナ	ごはん・粥・パン 焼き魚(ほっけ) インゲンの辛子和え なすの鍋しぎ風 味噌汁(大根 わかめ)
3時	オムレット オレンジティ	抹茶ようかん	ハスカップゼリー	焼プリンタルト	お汁粉	桃のケーキ	南瓜まんじゅう 緑茶



# 献立表



期 間：2018/5/20～2018/5/26

	日 20	月 21	火 22	水 23	木 24	金 25	土 26
朝食	ごはん・粥・パン 含め煮 三つ葉のわさび和え たいみそ 味噌汁(しめじ あげ)★ 牛乳	ごはん・粥・パン もやし炒め ほうれん草のごま和え のり佃煮 味噌汁(ふのり ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン ひじきの甘辛煮 しろなの和え物 梅干し 味噌汁(卵 わかめ) 牛乳	ごはん・粥・パン インゲンのごまみそ炒め キャベツサラダ めかぶ佃煮 味噌汁(フキ 生あげ) 牛乳	ごはん・粥・パン 野菜炒め 納豆 しそ昆布 味噌汁(南瓜)★ 牛乳	ごはん・粥・パン あぶたま もやしのおかか和え 漬物 味噌汁(玉葱 人参) 牛乳	ごはん・粥・パン 金時豆と豚の甘辛煮 えのきの土佐酢和え 竹の子土佐煮 味噌汁(豆腐 ワカメ) 牛乳
昼食	ごはん・粥・パン 赤魚のみそ煮 レタスと長芋のサラダ れんこん金平 りんご	ごはん・粥・パン 豚汁★ 豆腐のふんわり蒸し きゅうりもみ 漬物	<2Fのお好みメニュー> 鶏白湯ラーメン 五目 うどん そば バナナ	高菜ごはん・雑炊・パン 白身魚の野菜あんかけ ほうれん草のくるみ和え 刺身こんにやく グレープフルーツ	カレーライス・粥・パン 漬物 ヨーグルト	ごはん・粥・パン さわらのゆず風味焼 白菜土佐酢 マッシュさつま芋 メロン	ごはん・粥・パン 豚肉のケチャップソースかけ 小松菜のとびっこ和え かぼちゃ煮 味噌汁(舞茸)
夕食	ごはん・粥・パン 豚の角煮 切干大根の炒め煮 煮豆 味噌汁(かいわれ 舞茸)	ごはん・粥・パン たらのホイル焼 卵とじ 海藻のサラダ キウイ	ごはん・粥・パン チンジャオロースー 炒りこんにやく オクラの辛子酢 豆乳ミルクティー	ごはん・粥・パン 巾着煮 マカロニのチーズ炒め 玉葱とわかめの酢正油 味噌汁(岩のり ネギ)	ごはん・粥・パン ほっけのネギみそ焼 ごぼうとしらたきの煮物 かぼちゃのいとこ煮 りんご	<3Fのお好みメニュー> ほたての照り焼井 又は 牛井 磯辺和え ゆかり和え 味噌汁(里芋 大根菜)	ごはん・粥・パン 空也蒸し キムチ和え ほうれん草のお浸し キウイ
3時	ワッフル ウーロン茶	フルーツヨーグルト	チーズタルト	ずんだどら焼	かえでの実	梅ようかん	田舎まんじゅう 昆布茶



# 献立表



期 間：2018/5/27～2018/6/2

	日 27	月 28	火 29	水 30	木 31	金 1	土 2
朝食	ごはん・粥・パン 大豆と昆布の煮物 かぶのレモン酢 漬物 味噌汁(南瓜 小松菜) 牛乳	ごはん・粥・パン 卵みそ しろなのおかか和え たいみそ 味噌汁(キヌサヤ)★ 牛乳	ごはん・粥・パン 人参のごまみそ炒め えびとほうれん草のサラダ 竹の子土佐煮 味噌汁(豆腐 ねぎ) 牛乳	ごはん・粥・パン みそ炒め 小松菜のピーナッツ和え ふりかけ 味噌汁(卵 大根菜)★ 牛乳	ごはん・粥・パン 金平ごぼう 冷奴 梅干し 味噌汁(えのき みつば)★ 牛乳	ごはん・粥・パン 大豆の煮物 お浸し しそ昆布 味噌汁(あげ 豆腐) 牛乳	ごはん・粥・パン けんちん煮 青梗菜のなめ茸和え のり佃煮 味噌汁(白菜 人参)★ 牛乳
昼食	ごはん・粥・パン 焼き魚(ほっけ) 酢味噌和え ポテトサラダ 味噌汁(大根 ふのり)	豚丼・粥・パン ふきの炒め煮 酢の物 味噌汁(しめじ ねぎ)	ごはん・粥・パン カレーのカレー煮 じゃが芋のピンクサラダ 春雨酢の物 味噌汁(玉葱 えのき)	ごはん・粥・パン 揚げ鶏の油淋鶏風 かぶの酢の物 イカサラダ バナナ	ごはん・粥・パン 煮物 華風和え ほうれん草のお浸し メロン	ごはん・粥・パン 豚肉の韓国風焼 しらたきのうま煮 小松菜の磯辺和え 味噌汁(キャベツ 卵)	青菜ごはん・雑炊・パン たらのマヨネーズ焼 マッシュかぼちゃ ブロッコリーサラダ グレープフルーツ
夕食	ごはん・粥・パン 蒸し鶏 わらびの炒め煮 マカロニグラタン 味噌汁(里芋 わかめ)	ごはん・粥・パン 煮魚(すずき) インゲンの辛子みそ和え 蒸しかぼちゃ りんご	ごはん・粥・パン 焼きようざ もずく酢 白菜のうま煮 味噌汁(かぶ かぶ菜)	ごはん・粥・パン ほたて入り煮物 バターコーン 子持ちめかぶ 味噌汁(あげ ねぎ)★	ごはん・粥・パン しゅうまい 白菜のごま和え サツマ芋のレーズン煮 味噌汁(なす ねぎ)	<2Fのお好みメニュー> ごはん・粥・パン さばのみそ煮 又は 豚の角煮 おろし和え 豆サラダ 味噌汁(卵 みつば)	ごはん・粥・パン 鶏肉のみそ焼き わらびの炒め煮 かぶのレモン酢 味噌汁(玉葱 さつま芋)
3時	パバロアシュークリーム レモンティ	お茶まんじゅう 梅茶	フルーツ寒天	オムレット	レアチョコムース	あんだんご	ワッフル ウーロン茶