

2023年05月 月間献立表(昼・間食)  
(常食(デイ))

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日 赤飯 牛肉と里芋の煮物 野菜のひろうす レタと加の甘酢和え 吸い物(かまぼこ) 煮豆(金時豆)	2日 米飯 魚のムニエル 付)グリン野菜ミックス 切干大根の煮物 さつま芋とりんごのサ コンソメスープ コーヒーゼリー	3日 丸とひき肉の加- レタスサラダ らっきょう漬 ヨーグルト	4日 魚のバター醤油焼き 付)玉葱のソテー ミニがんもの煮物 トマトのサラダ 豚汁 フルーツ(りんご缶)	5日 ピースご飯 和風おろしハンバーグ 付)アスパラのソ- 高野豆腐の含め煮 胡瓜としらすの酢の物 清まし汁(花かまぼこ) フルーツ(メロン)	6日 米飯 豚肉の青しそ炒め 野菜のひろうす 小松菜のおかか和え 味噌汁(えのき) フルーツ(洋梨缶)
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間	間	間	間	間	間
7日	8日 米飯 豚肉のソース煮 付)オクラ インゲンとシソの炒煮 もやしのピーナツ和え あおさ汁 梅ゼリー	9日 玉子サンド コロケサンド クリームパン ブロッコリーのドレ和え ミネストローネ フルーツ(バナナ)	10日 米飯 魚の塩こうじ焼き 付)シャト-キャロット ピーマンのおかか煮 わらびのお浸し 味噌汁(大根) フルーツ(オレンジ)	11日 五穀ご飯170g 豚肉の甘辛炒め ブロッコリーの加あんかけ ほうれん草の山吹和え わかめスープ フルーツ(白桃缶)	12日 おにぎり ちゃんぽん 白菜のゆかり和え 煮豆(うずら豆)	13日 米飯 牛肉のおろしポン酢煮 小松菜のしらす炒め たくあん漬 赤だし汁(豆腐) フルーツ(パイン缶)
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間	間	間	間	間	間
14日	15日 牛丼 白菜のゆず和え つぼ漬(竹) 味噌汁(大根) フルーツ(洋梨缶)	16日 米飯 魚のごま焼き 付)アスパラの炒め さつま芋の煮物 もやしの塩昆布和え 吸い物(そうめん) マスカットゼリー	17日 米飯 魚の蒲焼き 付)玉葱のソテー ピーマンのトマト煮 加がと胡瓜の酢の物 吸い物(花麩) フルーツ(バナナ)	18日 米飯 鶏肉のレモン焼き 付)絹さや 南瓜の煮物 ひじきのサラダ 味噌汁(白菜) フルーツ(りんご缶)	19日 五目御飯 ほうれん草の中華炒め トマトと胡瓜のサラダ 吸い物(もずく) ロールケーキ(キャラメル)	20日 米飯 魚のみそ焼き 付)きのこのソテー チンゲン菜と天ぷらの煮物 キャベツのアーモンド和え コンソメスープ チョコババロア
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間	間	間	間	間	間
21日	22日 米飯 魚の照焼き 付)オクラ じゃが芋の金平 チンゲン菜の炒和え 味噌汁(しめじ) 水ようかん	23日 ご飯 冷やし中華 なすの炒め煮 フルーツ(メロン)	24日 五穀ご飯170g 白身魚の加-ムニエル 付)グリン野菜ミックス れんこんのおかか煮 桜大根漬 わかめスープ ぶどうゼリー	25日 ツナサンド あんぱん メロンパン(デイ) コールスローサラダ パンプキンポタージュ フルーツ(りんご)	26日 米飯 豚肉の生姜焼き 付)もやしのソテー ピーキとゴボウの炒め煮 ほうれん草のゆかり和え 団子汁 フルーツ(オレンジ)	27日 親子丼 キャベツのごま和え しば漬 味噌汁(南瓜) 杏仁豆腐
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間	間	間	間	間	間
28日	29日 米飯 豚肉と里芋の煮物 もやしのラー油炒め レタスサラダ 赤だし汁(あおさ) フルーチェ(ピーチ)	30日 米飯 白身魚のピカタ 付)アスパラ・シソ ブロッコリーの加あんかけ 小松菜のおかか和え ミネストローネ フルーツ(バナナ)	31日 米飯 魚のきのこあんかけ 大根の金平風 しば漬 味噌汁(しめじ) フルーツ(洋梨缶)			
昼	昼	昼	昼	昼	昼	昼
間	間	間	間	間	間	間
		メモ				
昼	昼					
間	間					