

2021年 5月

〇〇 献立一覧表 〇〇

[老健いぶき]

						1(土)	2(日)
朝食						ご飯 味噌汁 えびボールの野菜炒め ブロッコリーのマヨ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 麩の煮物 小松菜の土佐和え 梅干し
朝間食						牛乳	牛乳
昼食						ご飯 味噌汁 鰯の煮付け 茄子としめじの生姜和え パイン缶	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の塩昆布炒め アスパラのツナサラダ 杏仁豆腐
昼間食						ドームケーキ(カスタード)	ずんだ餡どら焼き
夕食						ご飯 味噌汁 鶏肉のクリームソース マカロニソテー キャベツの和え物	ご飯 味噌汁 鰯の塩糀焼き 金平ごぼう 菜の花の信田和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 5月

[老健いぶき]

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ウインナーソー 大根サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 冬瓜のそぼろ煮 もやしのわさび和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 キャベツの塩糀和え 梅干し	ご飯 味噌汁 野菜炒め ブロッコリーサラダ うずら煮豆	ご飯 味噌汁 カニ風味炒り玉子 小松菜のごま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 春菊の梅和え たくあん	ご飯 味噌汁 つみれ煮 菜の花のお浸し たいみそ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	～憲法記念日～ 赤飯 清汁 揚げ出し豆腐のきのこあんかけ ひじきサラダ フルーツカクテル缶	ご飯 味噌汁 柳川風煮 春菊のごま和え 黄桃缶	～端午の節句～ ちらし寿司 若竹汁 筑前煮 フルーチェ	ご飯 味噌汁 鶏の甘酢あんかけ 白菜の桜和え みかん缶	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ 白身魚フライ 大根サラダ 洋梨缶	ご飯 清汁 鶏肉の味噌炒め マカロニサラダ 白桃缶	～母の日ありがとうメニュー～ ハンバーグカレー ミモザサラダ 福神漬け クラッシュセリー(ビタミン強化)
昼間食	水ようかん(手作り)	苺のムース	ロールケーキ	～あったかおやつ～ お好み焼	褥瘡予防デザート (きなこ)	カスタードプリン	バナナスペシャル
夕食	ご飯 ミルクスープ 鶏肉のマスタード焼き ふきの煮物 フレンチカリフラワー	ご飯 味噌汁 鯖のみりん漬け がんもの煮物 小松菜の和風サラダ	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 えび焼売 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 メバルの漬け焼き 切干大根煮 もやしの磯香和え	ご飯 味噌汁 肉じゃが ひじき入り蒲鉾 コールスロー	ご飯 味噌汁 赤魚の利休煮 レバー炒め カリフラワーの甘酢漬け	ご飯 味噌汁 厚揚げと野菜の炒め物 ごぼうの甘辛炒め 白菜浅漬け

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立 一覧表 〇〇

2021年 5月

[老健いぶき]

	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ツナと野菜のソテー いんげんのピーナッツ和え うずら煮豆	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 たまねぎサラダ 梅干し	ご飯 味噌汁 えびボール煮 ほうれん草のお浸し たくあん	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ 菜の花サラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 チンゲン菜のわさび和え 漬物	ご飯 味噌汁 じゃが芋の煮付け 納豆 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 肉団子のコンソメ煮 春菊の錦糸和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	～2F弁当～ ゆかりご飯 味噌汁 和風オムレツ レンコンサラダ パイン缶	ご飯 味噌汁 ホキの南蛮漬け 菜の花のなめ茸和え リンゴ缶	ご飯 味噌汁 スタミナ焼き 変わり奴 みかん缶	～洋食ランチプレート～ バラエティプレート オニオンスープ マカロニサラダ 黄桃缶	きつねそば 茄子の含め煮 ごぼうサラダ	ご飯 中華スープ カニ玉・甘酢あんかけ 小松菜の和え物 フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 若鶏の唐揚げ ハムサラダ バナナ
昼間食	ミニクリームパン	抹茶ミルクプリン あんこ添え	やわらかおかき(のり塩)	褥瘡予防デザート (チョコ)	カステラ	苺クレープ	マンゴープリン
夕食	ご飯 味噌汁 鶏肉と根菜の煮物 白滝の明太炒り 小松菜のサラダ	ご飯 玉子スープ 豚肉の中華炒め 茄子田楽 ポテトサラダ	ご飯 味噌汁 赤魚の照り焼き 南瓜の小豆煮 いんげんのごま和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 五目豆 白菜の塩糍和え	ご飯 味噌汁 豚肉と筍の炒め物 ひじきの煮物 大根サラダ	ご飯 味噌汁 鶏のくわ焼き がんもの含め煮 カリフラワーのサラダ	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ メバルのバター焼き 洋風炒め 青菜のチキンサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 5月

[老健いぶき]

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
朝食	ご飯 味噌汁 厚焼玉子 菜の花のしらす和え うずら煮豆	ご飯 味噌汁 ソーセージソテー 小松菜のツナ和え たいみそ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 カリフラワーのマヨサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 トマトポトフ ブロッコリーサラダ 高菜漬け	ご飯 味噌汁 肉団子の煮物 カリフラワーの甘酢漬け ふりかけ	ご飯 味噌汁 ツナ野菜炒め ほうれん草の和え物 うずら煮豆	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 菜の花の梅和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き 梅粒マスタード和風和え 洋梨缶	～長野県ご当地メニュー～ 山菜ご飯 清汁 鶏肉の野菜味噌焼き ポテトとリンゴのサラダ マスカットゼリー	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ ハンバーグ 菜の花の和え物 パイン缶	二色丼 清汁 ナムル みかん缶	～3F弁当～ ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 切り昆布と大豆の煮物 黄桃缶	キーマカレー ブロッコリーのオーロラサラダ 福神漬 クラッシュゼリー(ビタミン強化)	ご飯 味噌汁 ぶりの照焼き オクラのなめ茸和え フルーツカクテル
昼間食	ガナッシュ	スイートポテト(手作り)	褥瘡予防デザート (豆腐)	ロールケーキ	コーヒーゼリー	アップルパイ	抹茶プリン
夕食	ご飯 味噌汁 肉豆腐 ごぼうバターしょうゆ アスパラのサラダ	ご飯 味噌汁 ホキの山椒焼き ほうれん草ときのこのソテー ブロッコリーサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の変わり焼き 北海扇フライ オクラの塩昆布和え	ご飯 味噌汁 魚のチーズ焼き 冬瓜の炒め物 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉の酒蒸し 切干大根の明太炒め かにかまサラダ	ご飯 わかめスープ 豚肉と厚揚げ中華風 南瓜の甘煮 アスパラの胡麻ドレサラダ	ご飯 味噌汁 炒り鶏 えび焼売 春菊の錦糸和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 5月

[老健いぶき]

	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	30(日)
朝食	ご飯 味噌汁 いか団子のソテー 納豆 たいみそ	ご飯 味噌汁 しらすと玉子の炒め物 ポパイサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 じゃが芋とさつま揚げの炒め煮 菜の花のわさび和え 漬物	ご飯 味噌汁 オムレツ 大根のツナサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 三色高野煮 ブロッコリーサラダ うずら煮豆	ご飯 味噌汁 ミートボール 小松菜サラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 大根の磯香和え 梅干し
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	中華丼 中華スープ 華風ソテー リンゴ缶	わかめご飯 清汁 カレイの生姜煮 蓮根の甘辛炒め オレンジ	ハヤシライス 豆腐ナゲット マカロニサラダ クラッシュセリー(ビタミン強化)	～食べるスープの日～ ご飯 さやいんげんのポターージュ 鰯の磯辺揚げ カリフラワーの甘酢和え 杏仁豆腐	ご飯 味噌汁 野菜焼き肉 卵の花 フルーツカクテル缶	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅煮 白菜の和え物 りんごのフルーチェ	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 ほうれん草のサラダ パイン缶
昼間食	朝食バナナカステラ	褥瘡予防デザート (小豆)	栗のムース	シュークリーム	パターラ(いちご)	オレンジケーキ	やわらかおかき(えび)
夕食	ご飯 味噌汁 おろしハンバーグ 切干大根煮 ブロッコリーとコーンのサラダ	ご飯 味噌汁 牛肉コロッケ ひじきの煮物 白菜の辛子和え	ご飯 清汁 えび団子のトマ味噌炒め 里芋のそぼろあん ピーマンのおかか和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のカレー焼き コンソメ煮 オクラの和風サラダ	ご飯 味噌汁 鰯の幽庵焼き 南瓜の甘煮 春菊の生姜和え	ご飯 味噌汁 厚揚げの玉子とじ れんこんの高菜炒め もやしのピーナツ和え	ご飯 味噌汁 蒸し鶏のごまソースがけ ポテトのクリーム煮 春雨サラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

2021年 5月

[老健いぶき]

	31(月)						
朝食	ご飯 味噌汁 干草卵焼き 菜の花のしらす和え たいみそ						
朝間食	牛乳						
昼食	野菜ラーメン レンコンの明太炒り わかめの酢の物						
昼間食	～あったかおやつ～ たい焼き						
夕食	ご飯 味噌汁 えびカツ 大豆の煮物 もやしとツナのサラダ						

*都合により献立を変更することがあります。