

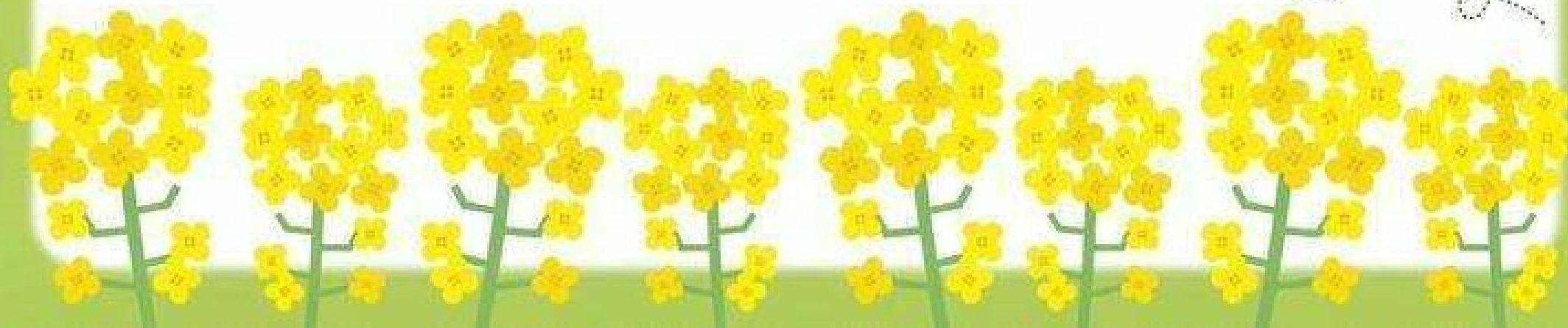


〇〇献立一覧表〇〇

2022年 5月

【老健いぶき】

							1(日)
朝食							ご飯 味噌汁 えびボール煮 白菜の柚子和え 漬物
朝間食							牛乳
昼食							ご飯 味噌汁 鶏肉の旨煮 菜の花の辛子和え クラッシュゼリー(カルシウム強化)
昼間食							やわらかおかき(のり塩)
夕食							ご飯 かき玉汁 鰯の削り焼き さつま芋と枝豆の金平 ブロッコリーのピーナッツ和え



〇〇 献立 一 覧 表 〇〇

2022年 5月

[老健いぶき]

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)
朝食	ご飯 味噌汁 じゃが芋のそぼろ煮 大根のごまドレサラダ のり佃煮	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め物 小松菜のフレーク和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 チンゲン菜のしらす和え たいみそ	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール キャベツのサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 アスパラサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 いもどり団子の煮物 ほうれん草のわさび和え 漬物	ご飯 味噌汁 鶏つくね 春菊のごま和え 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	ご飯 味噌汁 赤魚の粕漬け 車麩とぜんまいの含め煮 みかん缶	～憲法記念日～ 鮭菜飯 味噌汁 揚げ出し豆腐の五目あんかけ ふきの煮びたし バナナ	ご飯 青菜のスープ 豚肉と筍のオイスター炒め カリフラワーの甘酢和え 杏仁豆腐	～端午の節句～ ばらちらし寿司 清汁 鶏と若竹の煮物 彩りゼリー	ご飯 中華スープ 八宝菜 蒸し餃子 マンゴー缶	～3F弁当～ ご飯 味噌汁 照焼ハンバーグ 南瓜のサラダ フルーツカクテル缶	～母の日ありがとうメニュー～ エビピラフ 栄養強化コーンクリームスープ ポークカツ・ミラノ風ソース ミモザサラダ いちごムース
星間食	～八十八夜～ お茶プリン・黒蜜かけ	コーヒーゼリー	ロールケーキ	鯉のぼり焼き苺クリーム	リングドーナッツ	褥瘡予防デザート(亜鉛強化) 水ようかん(白あん)	バナナカステラ
夕食	ご飯 味噌汁 スタミナ焼き ひじき入り蒲鉾 オクラ梅和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き 切干大根煮 白菜のおかか和え	ご飯 味噌汁 カレイの変わり焼き 南瓜のいとこ煮 もやしのごま和え	ご飯 コンソメスープ メバルのクリームソース ポパイソテー マカロニサラダ	ご飯 味噌汁 親子煮 蓮根の煮物 オクラのゆかり和え	ご飯 清汁 ちゃんちゃん焼き 高野豆腐の煮物 大根サラダ	ご飯 玉子スープ 麻婆豆腐 華風ソテー ナムル

* 都合により献立を変更することがあります。



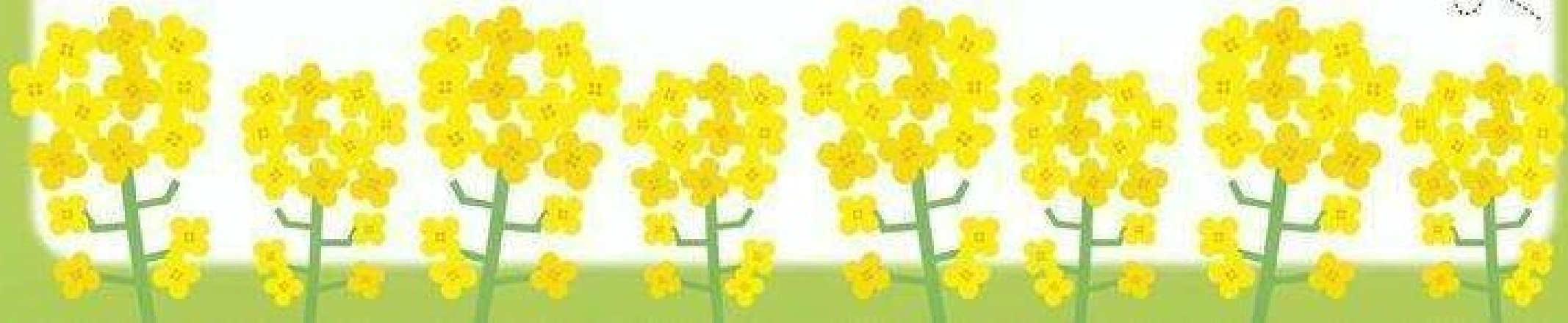
〇〇 献立 一 覧 表 〇〇

2022年 5月

[老健いぶき]

	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)
朝食	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 小松菜のかに風味サラダ 煮豆	ご飯 味噌汁 和風炒り玉子 アスパラとコーンのサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 つみれ煮 白菜の浅漬け 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 野菜とソーセージの炒め物 ほうれん草の和え物 たいみそ	ご飯 味噌汁 玉子とじ もやしのしその実和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 ほうれん草のツナ和え 漬物	ご飯 味噌汁 冬瓜の煮物 小松菜のなめ茸和え 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	ご飯 味噌汁 鶏のカレー醤油焼き 茄子の香味和え みかん缶	～2F弁当～ ご飯 清汁 鰯の竜田焼 ふきの塩糍和え 黄桃缶	鶏南蛮そば わらびと厚揚げの煮物 菜の花の和え物	ハヤシライス 豆腐ナゲット ブロッコリーのチーズサラダ 苺ゼリー	ご飯 味噌汁 鰯の磯焼き ポテトサラダ フルーチェ(柚子)	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め 菜の花のお浸し パイン缶	ご飯 清汁 鰯の味噌煮 カリフラワーの和風サラダ 白桃缶
星間食	～あったかおやつ～ 蒸し饅頭	カスタードクレープ	水ようかん(芋)	黒糖蒸しパン	抹茶ろーる	メロンゼリー	カルシウム饅頭
夕食	ご飯 味噌汁 鰯の塩焼き じゃが芋の炒め煮 白菜のサラダ	ご飯 味噌汁 豚の生姜焼き 枝豆ふんわり蒸し 菜の花のおひたし	ご飯 味噌汁 鰯のみぞれあん 南瓜のそぼろ煮 カリフラワーのピーナツ和え	ご飯 味噌汁 鶏の梅焼 ひじきの煮物 海老と白菜のおひたし	ご飯 清汁 豆腐ハンバーグのあんかけ 金平ごぼう 大根サラダ	ご飯 清汁 鶏肉のわさびマヨ焼き 里芋の田楽 白菜の甘酢和え	ご飯 味噌汁 豚肉と筍の炒め物 煮奴 もやしの胡麻ドレ和え

*都合により献立を変更することがあります。





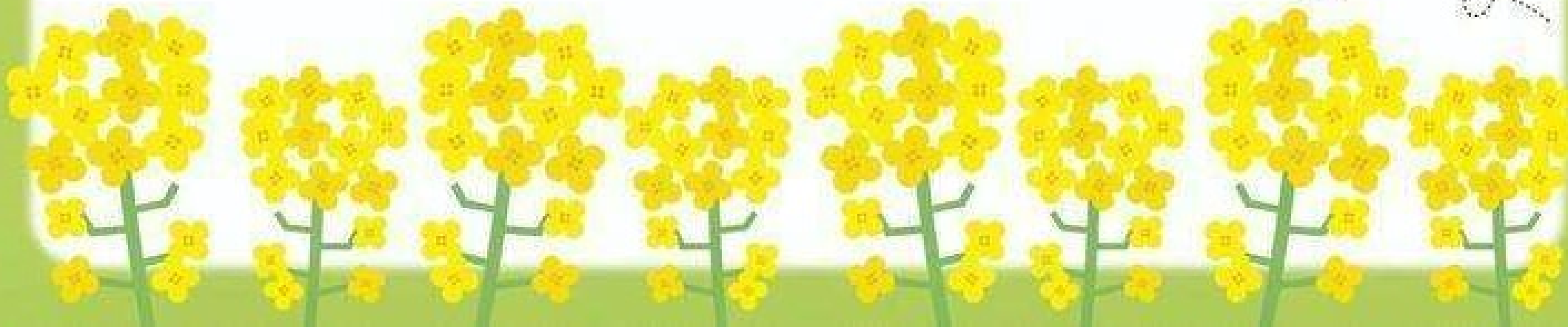
〇〇 献立 一 覧 表 〇〇

2022年 5月

[老健いぶき]

	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)
朝食	ご飯 味噌汁 信田煮 オクラの海苔和え 漬物	ご飯 味噌汁 いか団子の炒め物 わかめとカリフラワーの酢の物 納豆	ご飯 味噌汁 車麩の玉子とじ いんげんのピーナツ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ 玉子サラダ 漬物	ご飯 味噌汁 里芋とさつま揚げの煮物 チンゲン菜のごま酢和え 煮豆	ご飯 味噌汁 厚揚げの甘辛煮 ブロッコリーのチーズサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 小松菜と玉子の炒め物 もやしのゆかり和え ふりかけ
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒーマル	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	～デイ弁当～ 竹の子ご飯 具たくさん汁 鶏と竹輪の天ぷら 新玉とアスパラの和風サラダ みかん缶	ご飯 清汁 春キャベツと豚の味噌炒め 大根とそら豆のわさび和え りんご缶	キーマカレー フレンチパンキンサラダ 福神漬 フルーチェ(オレンジ)	～食べるスープの日～ ご飯 コーンのポタージュ エビカツ 切干大根煮 パイン缶	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け・若竹煮添え 小松菜のあけぼの和え フルーツカクテル缶	わかめご飯 味噌汁 けんちん煮 ほうれん草の桜和え 白桃缶	ご飯 味噌汁 おろし豆腐ハンバーグ 春雨の和え物 クラッシュゼリー(カルシウム強化)
昼間食	ホットケーキ	褥瘡予防デザート (レアチーズ)	～あったかおやつ～ 今川焼	マンゴープリン	バナナクリームサンド	やわらかおかき(きなこ)	蜂蜜ケーキ
夕食	ご飯 栄養強化コーンクリームスープ 鯰のバター焼き 大豆とウインナーのケチャップ煮 菜の花のフレンチサラダ	ご飯 中華スープ 豆腐の玉子あんかけ 焼売 チンゲン菜の搾菜和え	ご飯 味噌汁 メバルの漬け焼き 根菜煮 白菜の和え物	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のマスタード焼き マカロニソテー オニオンサラダ	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の塩昆布炒め 茄子の煮浸し 菜の花のマヨネーズ和え	ご飯 味噌汁 鯖のみりん漬 五目煮 大根の塩糀和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のレモン蒸し じゃが芋の炒め 菜の花青しそ和え

* 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

2022年 5月

【老健いぶき】

	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)
朝食	ご飯 味噌汁 三色高野信田煮 ほうれん草のサラダ たいみそ	ご飯 味噌汁 チキンボールの炒め物 春菊の中華和え 煮豆	ご飯 味噌汁 肉詰めいなり ブロッコリーのごま和え 漬物	ご飯 味噌汁 プレーンオムレツ 菜の花サラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 千草卵焼き 菜の花のわさび和え たいみそ	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 もやしのゆず和え 漬物	ご飯 味噌汁 蕪とツナの煮物 ほうれん草の胡麻ドレサラダ 煮豆
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒーマル	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 鮭のごま焼き ふきの土佐煮 黄桃缶	二色丼 味噌汁 チンゲン菜とコーンサラダ フルーチェ(アップル)	～デイ弁当～ ご飯 清汁 鰯の西京焼き レンコンの辛子マヨ和え オレンジ	かき揚げうどん 鶏肉の味噌炒め ほうれん草の白和え	ご飯 味噌汁 鶏の照焼き アスパラのチーズサラダ クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 ホキの南蛮漬け 刻み昆布の炒り煮 パイン缶	ポークカレー 彩りチーズマヨサラダ 福神漬 みかん缶
昼間食	ぶどうゼリー(鉄強化)	ダブルベリーケーキ	チョコレートケーキ	褥瘡予防デザート (ピーチ)	スイートポテト(手作り)	ロールケーキ	マロンムース
夕食	ご飯 オクラの中華スープ 麻婆茄子 筍の高菜炒め 白菜の甘酢和え	ご飯 味噌汁 カレイの煮付け ごぼうと竹輪の金平 カリフラワーマヨ和え	ご飯 味噌汁 豚の塩糍炒め 冬瓜の煮物 茄子の生姜和え	ご飯 味噌汁 エビ団子と春雨の煮物 明太ポテト もやしサラダ	ご飯 味噌汁 白身魚フライ ひじきの煮物 小松菜の和え物	ご飯 えのきの和風スープ 豚肉のすき煮 白身魚の豆乳しんじょ 大根のしその実和え	ご飯 清汁 赤魚の白醤油漬け 茄子田楽 キャベツのレモン和え

* 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

2022年 5 月

【老健いぶき】

	30(月)	31(火)					
朝食	ご飯 味噌汁 野菜炒め 笹かまぼこ 梅干し	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 小松菜の中華サラダ たいみそ					
朝間食	牛乳	牛乳					
昼食	ご飯 コンソメスープ スパニッシュオムレツ 花野菜サラダ フルーツミックス缶	～デイ弁当～ ご飯 栄養強化コーンクリームスープ メパルのトマトソース アスパラのサラダ 洋梨缶					
昼間食	褥瘡予防デザート (いちご)	たまごサンド					
夕食	ご飯 味噌汁 鶏の塩焼き 金平れんこん 春菊の信田和え	ご飯 味噌汁 豚肉のしぐれ煮 ビーフン炒め 菜の花のピーナツ和え					



* 都合により献立を変更することがあります。

