

〇〇 献立一覧表 〇〇

2024年 5月

[老健いぶき]

			1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)
朝食			ご飯 味噌汁 えびボール煮 白菜の柚子和え 漬物	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 ツナ炒め 人参の明太和え ふりかけ	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 炒り豆腐 チンゲン菜のしらす和え たいみそ
朝間食			コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食			ご飯 味噌汁 鶏肉の旨煮 ほうれん草のわさび和え クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 赤魚の漬け焼き 車麩とぜんまいの含め煮 パイン缶	～憲法記念日～ 鮭菜飯 味噌汁 揚げ出し豆腐の五目あん ふきの煮びたし みかん缶	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 海老団子と若竹の煮物 ふるふるプリン
昼間食			褥瘡予防デザート (レアチーズ)	和のパンケーキ・黒蜜きな	宇治抹茶ロールケーキ	いちごカステラ	鯉のぼりどら焼き
夕食			ご飯 玉子スープ 麻婆豆腐 華風ソテー ナムル	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 鶏肉のパーベキュー焼き 切干大根煮 白菜のおかか和え	ご飯 かぶのスープ 鱈のバター焼き 大豆とウインナーのケチャ もやしの胡麻ドレサラダ	ご飯 味噌汁 豚玉煮 切り昆布の煮物 オクラのゆかり和え

*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

2024年 5月

[老健いぶき]

	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
朝食	ご飯 味噌汁 厚揚げの煮物 アスパラサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 いろいろ団子の煮物 菜の花の辛子和え 漬物	ご飯 味噌汁 彩り玉子焼き 春菊のごま和え のり佃煮	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め物 小松菜のかに風味サラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 和風炒り玉子 アスパラとコーンのサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 洋風煮 ブロッコリーのチーズサラ 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 つみれ煮 白菜の浅漬け 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 中華スープ 八宝菜 蒸し餃子 マンゴー缶	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグのあんか 南瓜のサラダ りんご缶	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め 枝豆ふんわり蒸し 白桃缶	鶏南蛮そば 厚揚げの味噌炒め 山菜の和え物	ご飯 味噌汁 鶏のカレー醤油焼き 茄子の香味和え クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 鱈の幽庵焼き ふきの白和え 黄桃缶	～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 ポークカツ・ミラノ風ソース ミモザサラダ 苺フルーチェ
昼間食	褥瘡予防デザート(亜鉛強 水ようかん(白あん))	～あったかおやつ～ たこ焼き	パウンドケーキ(マーブル)	Ca強化デザート 水ようかん(芋)	まんじゅう(黒糖)	抹茶フルーチェ・あんこ添	ロールケーキ
夕食	ご飯 コンソメスープ オムレツのクリームソース ポパイソテー マカロニサラダ	ご飯 清汁 鶏のちゃんちゃん焼き じゃが芋の炒め煮 大根サラダ	ご飯 清汁 ほきの削り焼き さつま芋と枝豆の金平 ブロッコリーの味噌マヨ和	ご飯 味噌汁 クリームコロッケ 高野豆腐の煮物 白菜のハムサラダ	ご飯 味噌汁 鯖の塩焼き 南瓜のそぼろ煮 カリフラワーのピーナツ和	ご飯 清汁 豚肉の生姜焼き 里芋の田楽 菜の花のおひたし	ご飯 味噌汁 鶏の梅焼 ひじきの煮物 小松菜の和え物

*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

2024年 5月

[老健いぶき]

	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)
朝食	ご飯 味噌汁 はんぺんの煮物 ほうれん草のツナ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 玉子とじ もやしのしその実和え 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	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 納豆	ご飯 味噌汁 蕪とツナの煮物 ほうれん草の和え物 漬物	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
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 味噌汁 鱈の磯焼き ポテトサラダ キウイフルーツ	ハヤシライス 豆腐ナゲット ポパイサラダ フルーツカクテル缶	ご飯 清汁 鯖の味噌煮 ブロッコリーの和風サラダ フルーチェ	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 みかん缶	ご飯 清汁 春キャベツと豚の味噌炒 じゃが芋と枝豆のサラダ パイン缶	キーマカレー りんごのフレンチサラダ 福神漬け クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 小松菜のあけぼの和え 洋梨缶
昼間食	カスタードクレープ	褥瘡予防デザート (黒糖)	やわらかおかき(えび)	カステラ	食物繊維強化デザート 水ようかん(小豆)	ヨーグルトケーキ	バウムクーヘン
夕食	ご飯 清汁 照焼ハンバーグ 金平ごぼう 大根サラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のマスタード焼き わかめの当座煮 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	ご飯 清汁 いわしのさんが焼き 南瓜のいとこ煮 菜の花の和風和え	ご飯 中華スープ 豆腐の玉子あんかけ 焼売 大根の搾菜和え	ご飯 清汁 豚と大根の胡麻味噌煮 ごぼうと竹輪の金平 白菜の和え物	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のコンソメソース マカロニソテー オニオンサラダ

* 都合により献立を変更することがあります。

献立一覧表

2024年 5月

[老健いぶき]

	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)
朝食	ご飯 味噌汁 里芋とさつま揚げの煮物 もやしのゆず和え 煮豆	ご飯 味噌汁 チキンボールの炒め物 小松菜の錦糸和え 漬物	ご飯 味噌汁 三色高野信田煮 春菊の中華和え 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	ご飯 味噌汁 厚揚げの甘辛煮 ほうれん草のサラダ 煮豆	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 肉詰めいなり ブロッコリーのごま和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア
昼食	ご飯 味噌汁 エビカツ 切干大根煮 りんご缶	わかめご飯 味噌汁 けんちん煮 ほうれん草の桜和え クラッシュゼリー(カルシウム強化)	～食べるスープの日～ ご飯 コーンのポタージュ 若鶏の唐揚げ ブロッコリーサラダ 黄桃缶	ご飯 味噌汁 おろし豆腐ハンバーグ ごぼうと豚肉の煮物 フルーツカクテル缶	二色丼 味噌汁 里芋のずんだ和え フルーチェ	ご飯 清汁 ぶりの照焼き 蓮根の炒り煮 みかん缶	ご飯 冬瓜のスープ 厚揚げのオイスター炒め えび焼売 マンゴー缶
昼間食	～あったかおやつ～ たい焼き	抹茶ケーキ	イチゴクリームサンド	ロールケーキ	フロマージュ	コーヒーゼリー	ミニパターラ
夕食	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 鯖のみりん漬け 五目煮 大根の塩糍和え	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 鶏肉のレモン蒸し じゃが芋の炒め 菜の花の青しそ和え	ご飯 味噌汁 鮭のごま焼き 刻み昆布の炒り煮 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 白身魚フライ ひじきの煮物 小松菜の和え物

*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

2024年 5月

[老健いぶき]

	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)		
朝食	ご飯 味噌汁 千草卵焼き 新玉とかにかまのわさび たいみそ	ご飯 味噌汁 竹輪の煮物 チンゲン菜のごま酢和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 カツオブレークのおろし添 ほうれん草の胡麻ドレサラ うめびしお	ご飯 味噌汁 野菜炒め 笹かまぼこ ふりかけ	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 小松菜の中華サラダ 漬物		
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳		
昼食	ご飯 味噌汁 鶏の照焼き ブロッコリーのチーズサラ フルーツカクテル缶	かき揚げうどん 野菜の味噌炒め ほうれん草の白和え	ポークカレー 彩りチーズマヨサラダ 福神漬 パイン缶	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 クラッシュゼリー(カルシウム強化)	ご飯 南瓜とベーコンのスープ メバルのトマトソース コールスロー 白桃缶		
昼間食	Ca強化デザート ぶどうフルーチェ	ピーナッツパン	褥瘡予防デザート(亜鉛強 水ようかん(栗))	やわらかおかき(きなこ)	黒糖蒸しパン		
夕食	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 豚肉のしぐれ煮 ビーフン炒め 菜の花のピーナツ和え	ご飯 清汁 赤魚の葱味噌焼き 茄子のにんにく炒め キャベツのレモン和え	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 豚肉のすき煮 白身魚の豆乳しんじょ 大根のしその実和え		

* 都合により献立を変更することがあります。