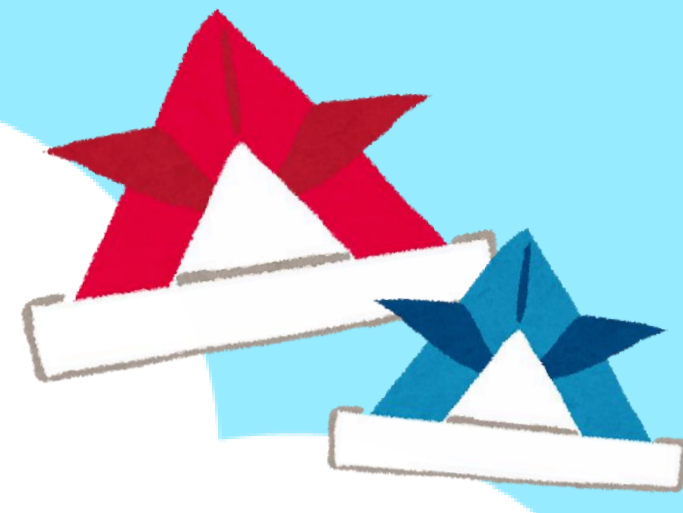


令和3年 5月

献立表



日

月

火

水

木

金

1日

雑炊
ししやも
和え物
漬物
ヤクルト

御飯
野菜炒め
華風卵とじ
酢の物
煮豆
味噌汁



御飯
魚の竜田揚げ
付け合わせ
切干大根の炒め煮
ひじきの白和え
漬物
お吸い物

2日

3日 憲法記念日

4日 みどりの日

5日 こどもの日

6日

7日

8日

朝
御飯
味噌汁
含め煮
和え物
ふりかけ
牛乳

御飯
味噌汁
炒り豆腐
磯和え
ふりかけ
牛乳

パン
コンソメスープ
スクランブルエッグ
ポテトサラダ
ジャム
牛乳

雑炊
はんぺんの卵とじ
和え物
漬物
ヤクルト

御飯
味噌汁
うの花
ポン酢和え
ふりかけ
牛乳

パン
パンクンスープ
スクランブルエッグ
豆サラダ
ジャム
牛乳

雑炊
魚の塩焼き
和え物
漬物
ヤクルト

昼
御飯
魚のマスタード焼き
付け合わせ
五目煮豆
ごま和え
漬物
お吸い物

カレーライス
漬物
エビフライ
マカロニサラダ
フルーツ

御飯
タンドリーチキン
付け合わせ
かぶとがんもの煮物
ブロッコリーのヘルシーサラダ
漬物
味噌汁

ちらし寿司
芋天とちくわの磯辺揚げ
しそ和え
若竹汁
柏餅

御飯
魚の塩焼き
付け合わせ
しめじと糸こんにの卵とじ
梅肉和え
煮豆
味噌汁

肉うどん
つゆ(うどん)
おにぎり
コロケ
和え物
オレンジゼリー

御飯
チキンピカタのオロロスかけ
付け合わせ
ピーマンソテー
酢の物
漬物
お吸い物

夕
御飯
鶏肉のもろみ焼き
付け合わせ
大根の含め煮
梅肉和え
漬物
味噌汁

御飯
魚の生姜煮
付け合わせ
そぼろ煮
和え物
漬物
味噌汁

御飯
魚のムニエル
付け合わせ
きんぴら
かに風味和え
フルーツ
お吸い物

御飯
つくねの照り焼き
付け合わせ
五目ひじき
酢味噌和え
漬物
味噌汁

菜飯
豚肉と野菜の中華炒め
豆そぼろの炒り煮
和え物
フルーツ
お吸い物

御飯
魚の西京漬け焼き
付け合わせ
がんもの煮物
白和え
漬物
お吸い物

御飯
魚の幽庵焼き
付け合わせ
南瓜のえびあんかけ
ツナ和え
煮豆
味噌汁

9日 母の日

10日

11日

12日

13日

14日

15日

朝
御飯
味噌汁
炒り豆腐
和え物
ふりかけ
牛乳

御飯
味噌汁
うの花
和え物
ふりかけ
牛乳

パン
コーンポタージュ
ベーコンと野菜のソテー
南瓜サラダ
ジャム
牛乳

雑炊
春雨の卵とじ
和え物
漬物
ヤクルト

御飯
味噌汁
含め煮
ごま和え
あみえび
牛乳

パン
コンソメスープ
プレーンオムレツ
ポテトサラダ
ジャム
牛乳

雑炊
魚の塩焼き
お浸し
漬物
ヤクルト

昼
＜松花堂弁当＞
ちらし寿司
魚の照り焼き
かき揚げ
天つゆ
筑前煮
茶碗蒸し
しらたきの真砂和え
お吸い物
ゼリー
フルーツ

チャンポン
おにぎり
クリームコロケ
ピーナッツ和え
フルーツカクテル

御飯
牛肉の柳川風
チャーマンポテト
しらたきの真砂和え
煮豆
味噌汁

御飯
魚のマヨネーズ焼き
付け合わせ
おかか和え
ふるふき大根
漬物
お吸い物

チャーハン
鶏肉の唐揚げ
中華サラダ
杏仁豆腐
ワンタンスープ

御飯
海老のさつま揚げ風
付け合わせ
里芋のそぼろ煮
和え物
漬物
味噌汁

きしめん(温)
だし
おにぎり
ホタテ風味フライ
梅肉和え
フルーツ

夕
御飯
豚肉の生姜焼き
付け合わせ
金平ごぼう
もずくの生姜酢
漬物
味噌汁

御飯
魚のおろし煮
付け合わせ
切干大根の炒め煮
マカロニサラダ
漬物
お吸い物

ひじき御飯
魚の梅煮
付け合わせ
高野の含め煮
青菜と沢庵の和え物
漬物
お吸い物

御飯
鶏肉の南蛮漬
豆そぼろの炒り煮
なめたけ和え
フルーツ
味噌汁

御飯
魚の塩焼き
付け合わせ
五目煮豆
酢の物
漬物
お吸い物

御飯
牛肉と野菜のみそ炒め
厚揚げと大根の煮物
春雨の酢物
煮豆
お吸い物

御飯
鶏肉のマスタード焼き
付け合わせ
かぼちゃのいとこ煮
錦糸かけ
漬物
味噌汁

16日

17日

18日

19日

20日

21日

22日

朝
御飯
味噌汁
切干大根煮
和え物
味付けのり
牛乳

御飯
味噌汁
うの花
おかか和え
ふりかけ
牛乳

パン
コーンポタージュ
野菜のソテー
南瓜サラダ
ジャム
牛乳

雑炊
高野卵のあんかけ風
和え物
漬物
ヤクルト

御飯
味噌汁
炒り豆腐
オクラの湯葉和え
ふりかけ
牛乳

パン
コンソメスープ
プレーンオムレツ
豆サラダ
ジャム
牛乳

雑炊
魚の塩焼き
おかか和え
漬物
ヤクルト

昼
カレーライス
漬物
温泉卵
マカロニサラダ
マスカットゼリー

御飯
魚のフライ
付け合わせ
南瓜の含め煮
ポン酢和え
フルーツ
味噌汁

きつねうどん
うどんだし
おにぎり
コロケ
ごま和え
青りんごゼリー

御飯
魚のみそ煮
付け合わせ
卵とじ
なます
漬物
お吸い物

十五穀米御飯
魚の長芋蒸し
磯辺揚げ豆腐
桜海老と野菜の和え物
煮豆
味噌汁

御飯
豚肉の生姜焼き
付け合わせ
いか大根
生姜醤油和え
漬物
お吸い物

親子丼
春巻き
ブロッコリーのヘルシーサラダ
漬物
味噌汁

夕
御飯
魚田
付け合わせ
筑前煮
白和え
漬物
お吸い物

御飯
豚肉の辛子味噌焼き
付け合わせ
いかと里芋の煮物
もずくの生姜酢
漬物
お吸い物

御飯
魚の塩焼き
付け合わせ
炒り豆腐
菜種和え
スパゲティサラダ
フルーツ
味噌汁

ゆかり御飯
くわ焼き(鶏肉)
付け合わせ
ひじきの煮物
スパゲティサラダ
フルーツ
味噌汁

御飯
野菜炒め
餃子
ナムル
漬物
わかめスープ

御飯
魚のバター醤油焼き
付け合わせ
きんぴらレンコン
酢の物
煮豆
味噌汁

＜バイキング＞
お祝い

23日

24日

25日

26日

27日

28日

29日

朝
御飯
味噌汁
うの花
ごま和え
味付けのり
牛乳

御飯
味噌汁
炒り豆腐
和え物
ふりかけ
牛乳

パン
パンクンスープ
スクランブルエッグ
マカロニサラダ
ジャム
牛乳

雑炊
はんぺんの卵とじ
和え物
漬物
ヤクルト

御飯
味噌汁
ひじきの煮物
ごま和え
ふりかけ
牛乳

パン
パンクンスープ
スクランブルエッグ
春雨サラダ
ジャム
牛乳

雑炊
高野卵のあんかけ風
お浸し
漬物
ヤクルト

昼
御飯
魚のカレームニエル
付け合わせ
ピーマンソテー
南瓜サラダ
煮豆
お吸い物

焼きそば
おにぎり
大根サラダ
ゼリー(ピーチ)
中華スープ

御飯
チキンカツ
付け合わせ
いか大根
梅肉和え
味噌汁
杏仁フルーツ

御飯
魚の生姜煮
付け合わせ
そぼろ煮
ピーナッツ和え
漬物
お吸い物

山かけそば
そばだし
おにぎり
梅しそフライ
ツナ和え
ぶどうゼリー

マーボー丼
餃子
ごま和え
フルーツ
わかめスープ

カレー風味ピラフ
肉じゃがコロケ
海藻サラダ
コーンポタージュ
コーヒゼリー

夕
御飯
すき焼き風
がんもの煮物
錦糸かけ
漬物
味噌汁

御飯
魚のもろみ焼き
付け合わせ
含め煮
青菜と沢庵の和え物
煮豆
お吸い物

御飯
魚の幽庵焼き
付け合わせ
ひじきの煮物
酢味噌和え
漬物
お吸い物

御飯
八宝菜
春巻き
春雨の酢物
フルーツ
わかめスープ

御飯
牛肉の柳川風
豆そぼろの炒り煮
なめたけ和え
漬物
味噌汁

御飯
魚の青のりピカタ
付け合わせ
じゃこじゃが
もずくの生姜酢
漬物
味噌汁

御飯
魚の塩焼き
付け合わせ
里芋のそぼろ煮
和え物
昆布佃煮
味噌汁

30日

31日

朝
御飯
味噌汁
切干大根煮
和え物
ふりかけ
牛乳

御飯
味噌汁
うの花
おかか和え
ふりかけ
牛乳

昼
御飯
魚のマヨネーズ焼き
付け合わせ
根菜の煮物
いかと胡瓜の酢味噌和え
漬物
味噌汁

きしめん(温)
だし
おにぎり
はんぺんのフライ
梅肉和え
フルーツ

夕
ひじきご飯
つくねの照り焼き
付け合わせ
がんもの煮物
ボンズ和え
フルーツ
お吸い物

御飯
豚肉の甘辛炒め
付け合わせ
厚揚げと大根の煮物
菜種和え
漬物
味噌汁



都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

有料老人ホーム



Sun Liberal サンリベラル

道後

