



5

2022 (令和4年)

MAY



日

月

火

水

木

金

土

	1日	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
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 酢和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ スクランブルエッグ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 さけの塩焼き 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 さけのマスタード焼き 付け合わせ 五目煮 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 さけの塩焼き 付け合わせ(大根) かぶとがんと煮物 ブロッコリーのヘルシーサラダ 漬物 味噌汁	祭りめぐり★博多どんたく 鶏肉入りちらし寿司 明太ポテト卵焼き 辛子和え だぶ汁 杏仁フルーツ	チキンライス コロケ ポテトサラダ デザート コンソメスープ	肉うどん つゆ(うどん) おにぎり えびフライ ごま和え オレンジゼリー	御飯 チキンカツのオ・ロ・ソ・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 フルーツ 味噌汁	御飯 赤魚の生姜煮 付け合わせ そぼろ煮 和え物 漬物 味噌汁	御飯 つくねの照り焼き 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 あじのムニエル 付け合わせ 五目ひじき 酢味噌和え 漬物 味噌汁	御飯 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 さわらの西京漬け焼き 付け合わせ がんもの煮物 白和え 漬物 お吸い物	菜飯 白身魚の幽庵焼き 付け合わせ 南瓜のえびあんかけ ツナ和え 煮豆 味噌汁
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 おかか和え 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 さわらの塩焼き お浸し 漬物 ヤクルト
昼	<松花堂弁当> 梅じゃこ菜飯 ぶりの照り焼き 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 ジャーマンポテト しらたきの真砂和え 煮豆 味噌汁	御飯 さけのマネース焼き 付け合わせ おかか和え ふるふき大根 漬物 お吸い物	御飯 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 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 白身魚のおろし煮 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 さけの梅煮 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 さけの塩焼き 付け合わせ(大根おろし) 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
朝	御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 味のり 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 さわらの塩焼き 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 白身魚のフライ 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 さけのみそ煮 付け合わせ 卵とじ なます 漬物 お吸い物	御飯 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	御飯 十五穀米御飯 ナガマルの長芋蒸し 磯辺揚げ豆腐 生姜醤油和え 漬物 お吸い物	カレー風味ピラフ コロケ 海藻サラダ コーンポタージュ コーヒーゼリー
夕	御飯 魚田(白身魚) 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 さけの塩焼き 付け合わせ(大根) 炒り豆腐 菜種和え 漬物 お吸い物	ゆかり御飯 くわ焼き(鶏肉) 付け合わせ ひじきの煮物 スパゲティーサラダ フルーツ 味噌汁	御飯 白身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 漬物 わかめスープ	御飯 野菜炒め 餃子 ナムル 煮豆 味噌汁	御飯 たらの青のりピカタ 付け合わせ 里芋のそぼろ煮 和え物 昆布佃煮 味噌汁
朝	御飯 味噌汁 うの花 ごま和え 味のり 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ 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 コンソメスープ 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 あじのカレームニエル 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(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 赤魚の生姜煮 付け合わせ そぼろ煮 ピーナツ和え 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	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ いか大根 桜海老入和え物 煮豆 お吸い物	マーボー丼 餃子 ごま和え フルーツ わかめスープ
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 さわらのもろみ焼き 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 ぶりの幽庵焼き 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 さけの塩焼き 付け合わせ(大根) じゃこじゃが もずくの生姜酢 漬物 味噌汁	<バイキング>
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	パン コーンポタージュ ソテー 南瓜サラダ ジャム 牛乳				
昼	御飯 さわらのマネース焼き 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	オム子ポリタン おにぎり ブロッコリーのヘルシーサラダ パンコンソメスープ ゼリ(マスカット)	チャーハン 海老チリ スパゲティーサラダ 杏仁フルーツ ワンタンスープ				
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 菜種和え 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 ボンズ和え 漬物 味噌汁	御飯 すき焼き風 ジャーマンポテト 甘酢和え 煮豆 味噌汁				

ゴールデンウィーク

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。

介護付有料老人ホーム サンリベラル 道後