

【特養・ショート】予定献立表

令和 5年 4月30日 ~ 令和 5年 5月 6日 ◆毎月1日の昼食はお赤飯です◆

	4月30日(日)	5月 1日(月)	5月 2日(火)	5月 3日(水)	5月 4日(木)	5月 5日(金)	5月 6日(土)
朝	かにかま雑炊 がんと野菜の煮物 ヨーグルト	御飯 炒り豆腐 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ブロッコリーとベーコンの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 里芋のそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 キャベツの卵炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉と白菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 がんとかぶの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ココア	カルピス	コーヒー牛乳	紅茶	ココア	カルピス	はちみつレモン
昼	御飯 ぶりのパセリソース焼き キャベツのチーズサラダ コンソメスープ みかん缶	◆赤飯 さわらの山椒焼き なすの香味炒め すまし汁 フルーツカクテル缶	御飯 豚肉とピーマンの炒め物 ほうれん草の豆腐サラダ さくら漬 味噌汁	チキンカレー 福神漬 白菜のツナサラダ コンソメスープ りんご缶	【端午の節句行事食】 たけのこ御飯 マスの菜種焼き かぶとなすの炊き合せ すまし汁 メロン	御飯 豚肉の焼肉風 もやしのごま和え 三色煮豆 すまし汁	御飯 赤魚の焼き浸し 切干大根の炒り煮 味噌汁 マンゴー缶
15時	ロールケーキ	どら焼き(カスタード)	チョコレートナッツ	メープルプチケーキ	よもぎまんじゅう	きなこパンケーキ	今川焼き
夕	御飯 ねぎ塩チキン ひじきの煮物 しば漬 味噌汁	御飯 豚肉のしぐれ煮 もやし中華和え 金時煮豆 味噌汁	御飯 白身魚の南蛮漬 車麩の卵とじ すまし汁 和梨缶	御飯 あじの照焼き ピーマンソテー しば漬 中華スープ	御飯 鶏肉と大根の甘辛煮 チンゲン菜のピーナッツ和え 味噌汁 黄桃缶	御飯 さばの沢煮 ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁 パン缶	御飯 筑前煮 ほうれん草のお浸し 高菜炒め すまし汁
1日合計	kcal 1461 kcal 食塩相当量 7.7 g	kcal 1565 kcal 8.4 g	kcal 1470 kcal 8.1 g	kcal 1485 kcal 8.4 g	kcal 1507 kcal 8.3 g	kcal 1506 kcal 7.3 g	kcal 1467 kcal 7.9 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 5月 7日 ~ 令和 5年 5月 13日

	5月 7日(日)	5月 8日(月)	5月 9日(火)	5月 10日(水)	5月 11日(木)	5月 12日(金)	5月 13日(土)
朝	しらす雑炊 肉団子となすの煮物 ヨーグルト	御飯 ほうれん草と車麩の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 和風スクランブルエッグ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げの炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 生揚げと里芋の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 大根とつみれの煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 いんげんとツナの炒め物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ぶどうジュース	レモンティー	ココア	はちみつレモン	コーヒー牛乳	ミルクティー	カルピス
昼	御飯 豚肉と生揚げの甘辛煮 ほうれん草のお浸し 白菜漬け 味噌汁	御飯 たらの野菜あんかけ 小松菜とベーコンの炒め物 味噌汁 ハイナップル	五目味噌ラーメン 肉しゅうまい 白桃缶	御飯 白身魚のから揚げ タルタルソース ウイナーの野菜炒め 金時煮豆 味噌汁	御飯 ハンバーグデミグラスソース ブロッコリーのチーズパン粉焼き コンソメスープ 和梨缶	御飯 さわらの葱味噌焼き キャベツのサラダ うぐいす煮豆 すまし汁	御飯 牛肉じゃが ほうれん草のポン酢和え すまし汁 黄桃缶
15時	パンナコッタ	ヨーグルトチーズムース	黒糖ケーキ	いちごクレープ	ミニたい焼き	水ようかん	コーヒーロールケーキ
夕	御飯 白身魚のバター醤油焼き もやしのえび炒め コンソメスープ 白桃缶	御飯 豚肉とキャベツの味噌炒め いか団子とれんこんのコンソメ煮 三色煮豆 かき玉汁	御飯 メパルのチーズ焼き チンゲン菜と蒸し鶏の ドレッシング和え 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 中華風卵焼き かぶの甘酢漬け 中華スープ マンゴー缶	御飯 マスのおぼろ昆布蒸し さつま芋のごまサラダ 高菜炒め 味噌汁	御飯 マーボー豆腐 ブロッコリーの炒め物 中華スープ フルーツカクテル缶	御飯 ぶりと豆腐の煮付け 大根の千切り炒め しば漬け 味噌汁
1日合計	kcal 1453 食塩相当量 8.6 g	kcal 1489 8.4 g	kcal 1520 9.4 g	kcal 1586 7.4 g	kcal 1486 7.2 g	kcal 1456 7.7 g	kcal 1473 7.9 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 5月14日 ~ 令和 5年 5月20日

	5月14日(日)	5月15日(月)	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)
朝	鶏雑炊 はんぺんの卵とじ ヨーグルト	御飯 なすとベーコンのソテー ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げと玉葱の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ハム入り野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 つみれと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉と野菜の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 焼豆腐の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	りんごジュース	ココア	カルピス	コーヒー牛乳	紅茶	はちみつレモン	ミルクティー
昼	御飯 さばの塩焼き 小松菜のドレッシング和え 味噌汁 マンゴー缶	御飯 えびと生揚げのチリソース かぶの含め煮 うぐいす煮豆 中華スープ	御飯 かれの煮付け きんぴらごぼう 青きゅうり漬け 味噌汁	【食文化イベント(栃木県)】 ゆかりご飯 ぎょうざのおろしあんかけ しもつかれ風 アスパラの生姜風味 すまし汁 藤色ゼリー	御飯 ゆで豚のごまだれ かぼちゃのいとこ煮 味噌汁 黄桃缶	御飯 マスの生姜焼き ほうれん草とベーコンの炒め物 金時煮豆 具沢山味噌汁	豚玉井 いんげんとちくわの炒め煮 味噌汁 りんご缶
15時	黒ごまプリン	まんじゅう	ショコラプチケーキ	ワッフル	チョコバナナ	今川焼き(カスタード)	マンゴープリン
夕	御飯 豚肉のオイスターソース炒め 里芋の味噌煮 昆布佃煮 すまし汁	御飯 鶏肉の梅肉焼き いんげんのごま和え 味噌汁 みかん缶	御飯 スパニッシュオムレツ カリフラワーのクリーム煮 コンソメスープ パン缶	御飯 メパルの葱ソース じゃが芋のそぼろ煮 白菜漬け 味噌汁	御飯 さばの味噌煮 きゅうりとかぶのサラダ さくら漬け すまし汁	御飯 鶏肉のきのこソース もやしの酢味噌和え すまし汁 和梨缶	御飯 あじの香味焼き チンゲン菜の磯辺和え うぐいす煮豆 すまし汁
1日合計	kcal 1534 食塩相当量 8.1 g	kcal 1494 7.3 g	kcal 1484 8.0 g	kcal 1467 8.8 g	kcal 1526 7.3 g	kcal 1461 8.0 g	kcal 1550 7.3 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 5月21日 ~ 令和 5年 5月27日

	5月21日(日)	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)
朝	五目雑炊 生揚げのおろし煮 ヨーグルト	御飯 いか団子と大根の含め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 はんぺんと野菜の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ウインナーの野菜炒め ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 さつま揚げの炒り煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 和風オムレツ野菜あん ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鶏肉となすのうま煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト
10時	ココア	はちみつレモン	ココア	紅茶	カルピス	コーヒー牛乳	紅茶
昼	御飯 たらの卵とじ じゃが芋のそぼろ炒め しば漬け 味噌汁	ホークカレー 福神漬け キャベツのマリネ コンソメスープ りんご缶	御飯 メバルのみりん焼き ブロッコリーとベーコンのソテー 昆布佃煮 すまし汁	御飯 黒酢豚風 もやし中華サラダ 白菜漬け 中華スープ	御飯 さばのレモン醤油焼き 車麩とふきの煮物 すまし汁 フルーツカクテル缶	鶏肉入りとろろそば 小松菜とちくわの炒め物 みかん缶	御飯 肉団子と野菜の煮物 生揚げとチンゲン菜の炒め物 すまし汁 白桃缶
15時	メープルパンケーキ	抹茶水ようかん	紅茶ケーキ	いちごフルーチェ	バナナプリン	どら焼き	★セレクト
夕	御飯 鶏肉のパン粉焼き カリフラワーのチーズサラダ コンソメスープ みかん缶	御飯 豚肉の生姜炒め さつま揚げとチンゲン菜の煮物 うぐいす煮豆 味噌汁	御飯 鶏肉の治部煮 かぶの枝豆あん 味噌汁 マンゴー缶	御飯 ぶりの葱味噌焼き いんげんのピーナッツ和え すまし汁 黄桃缶	御飯 豚肉の野菜炒め 春雨の酢の物 白いんげん豆煮 味噌汁	御飯 たらの青のりパン粉焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 青きゅうり漬け 味噌汁	御飯 ひじき入り玉子焼き 菜の花のお浸し 三色煮豆 味噌汁
1日合計	kcal 1457 食塩相当量 7.9 g	kcal 1553 8.6 g	kcal 1459 8.3 g	kcal 1542 8.3 g	kcal 1501 7.6 g	kcal 1478 9.1 g	kcal 1462 8.0 g

【特養・ショート】予 定 献 立 表

令和 5年 5月28日 ~ 令和 5年 5月 31日

	5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)			
朝	卵雑炊 がんもの含め煮 ヨーグルト	御飯 豚肉と野菜の炒め煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ちくわと大根の煮物 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 かぶのそぼろ煮 ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト			
10時	ぶどうジュース	コーヒー牛乳	はちみつレモン	ココア			
昼	御飯 メンチカツ 刻み昆布とちくわの煮物 すまし汁 りんご缶	御飯 赤魚の酒蒸し さつま芋の煮物 味噌汁 マンゴー缶	御飯 鶏肉の塩こうじ焼き ごぼうと里芋の味噌煮 白いんげん豆煮 かき玉汁	御飯 たらのフライ スッキーニのトマト煮 コンソメスープ キウイフルーツ			
15時	パニラパ`パ`ロア	ドームケーキ(こしあん)	栗まんじゅう	紅茶ケーキ			
夕	御飯 あじのごまだれ漬け 鶏肉と大根の炒り煮 金時煮豆 味噌汁	御飯 えびと玉子の塩炒め もやしのナムル さくら漬け すまし汁	御飯 生揚げと小松菜の炒め物 ブロッコリーのチーズ`サラダ` 味噌汁 黄桃缶	御飯 豚肉となすの味噌炒め かぼちゃのレモン煮 青きゅうり漬け すまし汁			
1日合計	kcal 1454 kcal 食塩相当量 8.0 g	1493 kcal 7.6 g	1535 kcal 7.4 g	1538 kcal 7.4 g			