



5月の献立

かわいの家
特別養護老人ホーム

	5月1日 (土)	5月2日 (日)	5月3日 (月)	5月4日 (火)	5月5日 (水)	5月6日 (木)	5月7日 (金)
朝	御飯 卵焼き オクラの湯葉和え ふりかけ 味噌汁(玉葱・揚げ) カルシウム牛乳	御飯 いんげんの炒め物 納豆 味噌汁(青菜) カルシウム牛乳	御飯 ちくわと大根の炒め煮 とろろ芋 煮豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) クラムチャウダー フルーツ(パイン缶) ジャム(りんご&マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと野菜の煮浸し おろし納豆 味噌汁(青菜) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げとひじきの炒り煮 小松菜のからし和え ふりかけ 味噌汁(じゃが芋・葉) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) スクランブルエッグ コーンコールスロー ジャム(ブルーベリー&マーガリン) カルシウム牛乳
昼	御飯 たらの香り蒸し さつまいもの甘辛煮 大根サラダ	御飯 鶏肉の照焼き 里芋の田楽 ひじきサラダ	御飯 ほきの野菜あんかけ 焼きビーフン チンゲン菜の中華和え	御飯 キーマカレー カリフラワーサラダ ゼリー(青りんご) 福神漬	◇◇端午の節句◇◇ 御飯 かつおのたたき 鶏と春野菜の甘辛炒め フルーツ(メロン)	御飯 白身魚のおろし煮 ふきのそぼろ炒め もやしの和え物	御飯 肉団子と野菜の旨煮 青菜の炒め物 梅とろろ芋
夕	御飯 とんかつ 春雨と白菜の炒め物 ほうれん草のごま和え 味噌汁(もやし・ねぎ)	御飯 白身魚のタルタル焼き ポテトとあさりのトマト煮 イタリアンサラダ コンソメスープ(玉葱・ベーコン)	御飯 豚肉のおろしポン酢 なすの生姜和え フルーツ(みかん缶) 味噌汁(わかめ・椎茸)	御飯 さわらのガーリックソテー 鶏ごぼう炒め 小松菜のわさび和え お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 かに玉 肉焼売 春雨サラダ 中華スープ(わかめ・えのき)	御飯 鶏肉のチーズ焼き なすとベーコンのソテー フルーツ(黄桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 あじの塩焼き 肉じゃが いんげんの白和え 味噌汁(玉葱・揚げ)
一日合計	エネルギー 1553kcal 蛋白質 57.8g 食塩 7.9g	エネルギー 1518kcal 蛋白質 64.5g 食塩 6.9g	エネルギー 1540kcal 蛋白質 58.1g 食塩 6.6g	エネルギー 1576kcal 蛋白質 60.8g 食塩 7.4g	エネルギー 1499kcal 蛋白質 67.8g 食塩 6.5g	エネルギー 1490kcal 蛋白質 58.5g 食塩 6.6g	エネルギー 1496kcal 蛋白質 58.2g 食塩 7.5g

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります

5月の献立

	5月8日 (土)	5月9日 (日)	5月10日 (月)	5月11日 (火)	5月12日 (水)	5月13日 (木)	5月14日 (金)
朝	御飯 がんもの含め煮 モロヘイヤのお浸し ふりかけ 味噌汁(さつま芋) ジョア	御飯 つみれと野菜の煮物 納豆 味噌汁(青菜) カルシウム牛乳	御飯 プレーンオムレツ 豆サラダ ふりかけ 味噌汁(白菜) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ベーコンとほうれん草のソテー ポテトサラダ ジャム(ピーナッツ) カルシウム牛乳	御飯 ちくわと里芋の煮物 梅納豆 味噌汁(キャベツ) カルシウム牛乳	御飯 卵とじ オクラのおかか和え ふりかけ 味噌汁(かぶ) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) 肉団子のコンソメ煮 ゼリー(レモン) ジャム(あん&マーガリン) カルシウム牛乳
昼	御飯 さばのみそ煮 卵とじ もやしの青じそ和え	御飯 鶏肉の竜田揚げ なすの煮浸し フルーツゼリー	★塩ラーメン えび焼売 フルーツ(みかん缶)	御飯 赤魚の蒲焼き いんげんのそぼろ炒め もずく酢	三色丼 なすのみそ炒め フルーツ(りんご缶)	御飯 ほきの青じそ風味 絹揚げと野菜の煮浸し ごぼうのからしマヨ和え	御飯 おろしかつ煮 白菜の炒め物 小松菜のごま和え
夕	御飯 豚肉のママレード焼き 大根サラダ フルーツ(パイン缶) コンソメスープ(キャベツ・えのき)	御飯 ますの梅肉焼き かぼちゃの白煮 ごぼうサラダ 味噌汁(大根)	御飯 豆腐ハンバーグ さつま芋の甘煮 切干大根のごま酢和え お吸物(麩・ねぎ)	御飯 鶏肉の山椒焼き たけのこの甘辛炒め ひじきサラダ かき玉汁	御飯 魚のチリソース かぶのかに風味あん 春雨の中華和え 中華スープ(わかめ・コーン)	御飯 豚肉と野菜の炒め物 かぼちゃのいとこ煮 フルーツ(バナナ) お吸物(大根・揚げ)	御飯 あじのカレームニエル マカロニのケチャップ炒め いんげんのサラダ コンソメスープ(ポト・葉)
一日合計	エネルギー 1616kcal 蛋白質 60.3g 食塩 6.8g	エネルギー 1603kcal 蛋白質 59.9g 食塩 7.3g	エネルギー 1504kcal 蛋白質 56.2g 食塩 7.7g	エネルギー 1488kcal 蛋白質 61.5g 食塩 6.4g	エネルギー 1536kcal 蛋白質 61.3g 食塩 7.9g	エネルギー 1547kcal 蛋白質 57.9g 食塩 5.8g	エネルギー 1511kcal 蛋白質 58.7g 食塩 6.9g

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります



	5月15日 (土)	5月16日 (日)	5月17日 (月)	5月18日 (火)	5月19日 (水)	5月20日 (木)	5月21日 (金)
朝	御飯 卵の花 春雨サラダ ふりかけ 味噌汁(麩・大根) カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め 納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げとかぶの煮物 小松菜のお浸し ふりかけ 味噌汁(豆腐・葉) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) あさりのトマトスープ フルーツ(バナナ) ジャム(りんご&マーマリン) カルシウム牛乳	御飯 ハムともやしの炒め物 おかか納豆 味噌汁(白菜・わかめ) カルシウム牛乳	御飯 あんかけ五目卵 オクラの梅和え ふりかけ 味噌汁(玉葱・じゃが芋) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ウインナーと野菜のソテー パンプキンサラダ ジャム(マレード & マーマリン) カルシウム牛乳
昼	御飯 鶏肉の生姜焼き かぶとあさりの煮物 さつまいもサラダ	御飯 青椒肉絲 えび焼売 チンゲン菜とザーサイの和え物	御飯 フライ盛合せ(外タレソース) もやしの酢の物 フルーツ(みかん缶)	◆◆静岡御膳◆◆ ★桜えびの御飯 しらすの卵焼き いんげんのわさび和え ムース(抹茶)	御飯 シーフードカレー コールスローサラダ フルーツ(りんご缶)	御飯 鶏肉のねぎボン酢かけ さつまいものごま煮 ひじきサラダ	御飯 さばの塩焼き 豚バラとかぶの甘辛煮 キャベツの和え物
夕	御飯 ツナオムレツ ベーコンとなすのソテー フルーツヨーグルト コンソメスープ(白菜・コーン)	御飯 蒸し魚の野菜あんかけ ひじきの炒り煮 ゆかり和え お吸物(里芋・葉)	御飯 とりつくね なすの煮浸し ほうれん草のごま和え お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 メバルの菜種焼き ひき肉と白菜のオイスター炒め ごぼうサラダ 味噌汁(青菜・椎茸)	御飯 焼肉風 湯豆腐 えびと青菜の和え物 お吸物(大根・揚げ)	御飯 白身魚のオイスター煮 焼餃子 フルーツ(黄桃缶) 中華スープ(春雨・青菜)	御飯 豆腐ステーキ れんこんと昆布の甘辛煮 フルーツ(パイ缶) 味噌汁(麩・わかめ)
一日合計	エネルギー 1607kcal 蛋白質 57.5g 食塩 7.8g	エネルギー 1546kcal 蛋白質 61.5g 食塩 7.3g	エネルギー 1543kcal 蛋白質 56.1g 食塩 6.3g	エネルギー 1464kcal 蛋白質 59.3g 食塩 6.2g	エネルギー 1579kcal 蛋白質 61.4g 食塩 7.5g	エネルギー 1523kcal 蛋白質 56.6g 食塩 7g	エネルギー 1578kcal 蛋白質 61.2g 食塩 6g

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります

5月の献立

かわいの家

特別養護老人ホーム

	5月22日 (土)	5月23日 (日)	5月24日 (月)	5月25日 (火)	5月26日 (水)	5月27日 (木)	5月28日 (金)
朝	御飯 フィッシュソーゼージの炒め物 温泉卵 味噌汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 切干大根の炒め煮 納豆 味噌汁(もやし・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 ツナと豆腐の炒め煮 モロヘイヤとオクラの生姜和え ふりかけ 味噌汁(白菜) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) 野菜スープ たまごサラダ ジャム(イチゴ & マーガリン) カルシウム牛乳	御飯 かにかまと野菜の旨煮 磯納豆 味噌汁(かぼちゃ) カルシウム牛乳	御飯 厚揚げと青菜の煮浸し とろろ芋 味噌汁(麩・豆苗) カルシウム牛乳	★食パン(8枚切) ハムと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム(りんご & マーガリン) カルシウム牛乳
昼	★肉うどん 大学芋風 大根ともずくのサラダ	御飯 あじの七味焼き 里芋の煮物 なすのポン酢和え	★グリーンピース御飯 和風ハンバーグ 若竹煮 菜の花のくるみ和え	御飯 赤魚の揚げ浸し 豚バラとふきの煮物 春雨サラダ	御飯 えびの卵焼き もやしのそぼろ炒め フルーツ(りんご缶)	★にゅうめん 肉団子と野菜の炒め物 ごぼうサラダ	御飯  麻婆豆腐 青菜とあさり炒め物 ムース(杏仁)
夕	御飯 たらのグラタン ジャーマンポテト フルーツ(白桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 親子煮 白菜としらすの炒め物 フルーツ(みかん缶) お吸物(麩・ねぎ)	御飯 ほきの梅味噌焼き ちくわの磯辺揚げ 花野菜の和え物 お吸物(大根・ねぎ)	御飯 鶏肉のトマト煮 ハムとポテトのカレーソテー フルーツ(黄桃缶) コンソメスープ(青菜・コーン)	御飯 豚肉の生姜焼き あさりと大根の煮物 さつまいもサラダ お吸物(しめじ・わかめ)	御飯 いわしバーグ味噌マヨ焼き かぼちゃのそぼろ煮 ひじきサラダ お吸物(とろろ昆布・ねぎ)	御飯 白身魚の梅おろしソース 春雨の炒め物 花野菜のごま和え 味噌汁(じゃが芋・揚げ)
一日合計	エネルギー 1609kcal 蛋白質 58.7g 食塩 7.7g	エネルギー 1438kcal 蛋白質 61.8g 食塩 6.9g	エネルギー 1460kcal 蛋白質 59.4g 食塩 7.9g	エネルギー 1444kcal 蛋白質 55.6g 食塩 6.1g	エネルギー 1579kcal 蛋白質 60.8g 食塩 6.5g	エネルギー 1506kcal 蛋白質 56g 食塩 7.9g	エネルギー 1436kcal 蛋白質 57g 食塩 7.7g

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります



5月の献立

	5月29日 (土)	5月30日 (日)	5月31日 (月)								
朝	御飯 かに風味卵焼き オクラともずくの和え物 ふりかけ 味噌汁(里芋・ねぎ) カルシウム牛乳	御飯 もやしのそぼろ炒め 納豆 味噌汁(大根・わかめ) カルシウム牛乳	御飯 はんぺんのチーズ焼き 豆サラダ ふりかけ 味噌汁(麩・ねぎ) カルシウム牛乳								
	御飯 メバルの照焼き なすの田楽 白菜の和え物	御飯 牛肉と卵のトマト炒め 水餃子 チンゲン菜の中華和え	★けんちんそば かき揚げ さつまいもサラダ								
	御飯 鶏肉の南蛮漬け 炒り豆腐 フルーツ(パイナップル缶) お吸物(青菜・しめじ)	御飯 あじの山椒焼き れんこんの炒め煮 ほうれん草の白和え お吸物(素麺・椎茸)	御飯 白身魚の粒マスタード焼き ハムと野菜のソテー フルーツ(みかん缶) コンソメスープ(キャベツ・コーン)								
一日合計	I栄養 - 1503kcal	I栄養 - 1554kcal	I栄養 - 1561kcal								
	蛋白質 59.9g	蛋白質 59.8g	蛋白質 56.2g								
	食塩 6.6g	食塩 7.2g	食塩 7.7g								

・ ★はユニット炊飯がありません。都合により献立変更することがあります