

5月献立表(桜ホーム)

1 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、じゃが芋) *肉詰め稲荷の煮物(人参煮物添え) *竹輪とピーマンの甘辛煮	1 日 昼	*ご飯*かき玉汁(葱) *赤魚のキノコあんかけ(シメジ、エノキ、人参、玉葱) *キウイ	1 日 夕	*ご飯*味噌汁(麩、葱) *豆腐ハンバーグ(レタス)(ミンチ、玉葱) *里芋煮
2 日 朝	*ご飯*味噌汁(キャベツ、玉子、葱) *海鮮ボール(魚肉)(ピンク信田の含め煮添) *ゴーヤのおかか煮	2 日 昼	*ご飯*コンソメスープ(ベーコン、MIXベジ) *鶏胸肉のピカタ(レタス)*りんご *マカロニサラダ(胡瓜、ハム)	2 日 夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、人参) *鯰の南蛮漬(玉葱、人参、ピーマン) *里芋とわらびの煮物
3 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、薄揚げ) *豆腐つくね団子オーロソース*ヤクルト *ジャガミート(牛肉、豚肉、玉葱)	3 日 昼	*カレーライス(豚肉、玉葱、人参、じゃが芋) *ワカメスープ(ゴマ、葱)*バナナ、キウイ *春雨と胡瓜の酢物(カニカマ)	3 日 夕	*ご飯*鯖の味噌煮(生姜) *けんちん汁(豆腐、大根、人参) *ほうれん草と竹輪のゴマ和え(人参)
4 日 朝	*ご飯*味噌汁(麩、人参、ワカメ) *豆腐しんじょの煮物 *里芋とベーコンのバター醤油	4 日 昼	*肉うどん(蒲鉾、天かす、葱、牛肉) *小ライス*りんご *あらめと豆腐の炒り煮	4 日 夕	*ご飯*味噌汁(シメジ、麩、葱) *かき揚げ(シーフード、玉葱、人参、大豆缶) *じゃが芋と角天煮(人参)
5 日 朝	*ご飯*味噌汁(大根、薄揚げ、葱) *鯖の煮付(青梗菜の中華和え添え) *白菜と鶏の煮物(人参)	5 日 昼	*他人丼(豚肉、玉葱、葱)*ハイン *ポテサラ(胡瓜、ソーセージ) *味噌汁(エノキ、豆腐、葱)	5 日 夕	*炊込みご飯(鶏肉、牛蒡、人参、薄揚げ) *若竹煮(ワカメ)*もずく酢(長芋) *味噌汁(玉葱、薄揚げ)
6 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、人参、葱) *がんと人参の煮付*ヨーグルト *茄子の野菜あんかけ(玉葱、人参、椎茸、グリーンピース)	6 日 昼	*ご飯*すまし汁(蒲鉾、ワカメ)*リンゴ *肉団子の甘酢煮(玉葱、人参、シメジ) *ほうれん草のお浸し(鯉節、カニカマ)	6 日 夕	*ご飯*味噌汁(小松菜、薄揚げ) *ホッケの塩焼き *じゃが芋とのほくほく煮
7 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、麩、葱) *鯰の照り焼き(葉大根、人参、薄揚げの和え物添え) *キャベツとキノコのソテー(平茸、ナメコ、椎茸、ベーコン)	7 日 昼	*ご飯*コンソメスープ(キャベツ、人参) *鶏モモの南蛮漬(人参、玉葱、ピーマン) *じゃが芋煮(ベーコン)*バナナ	7 日 夕	*ご飯*味噌汁(エノキ、麩、葱) *豚肉の生姜焼き(玉葱、人参) *切昆布と大豆の煮物(人参)
8 日 朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、葱) *柔らかひょうすの柚子あんかけ(玉葱、人参、インゲン) *青梗菜の煮浸し(薄揚げ)	8 日 昼	*ご飯*フルーツゼリー *シチュー(魚肉ソーセージ、シメジ、玉葱、人参) *ツナ入りポテサラ(胡瓜、人参、ハム)	8 日 夕	*ご飯*ホキのムニエル *肉じゃが(牛肉、玉葱、人参) *味噌汁(小松菜、薄揚げ)
9 日 朝	*ご飯*味噌汁(ナメコ、葱) *鯛のつみれ煮(蓮根煮付添え) *枝豆ひじき(人参)	9 日 昼	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、角天、葱) *人参しりしり(シーチキン) *ハサの天ぷら	9 日 夕	*ご飯*茄子の煮物(厚揚げ) *糸コンの金平(人参、エノキ) *豚汁(豚バラ、人参、玉葱、シメジ、葱)
10 日 朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、薄揚げ、葱) *ミートボール盛合せ(玉葱、人参のソテー、スナップエンドウ) *小松菜とベーコンのバターソテー	10 日 昼	*ご飯*かき玉汁(エノキ、葱)*キウイ *じゃが芋と豚バラ肉の煮物(玉葱、人参) *モヤシの酢物(胡瓜、カニカマ、ゴマ)	10 日 夕	*ご飯*すまし汁(豆腐、葱) *煮込みハンバーグ(シメジ、玉葱) *春雨サラダ(胡瓜、ハム)
11 日 朝	*ご飯*味噌汁(キャベツ、麩) *鹿の子豆腐の煮物(インゲン添え) *白菜の炒め煮(シメジ、薄揚げ)	11 日 昼	*ご飯*コンソメスープ*リンゴ *オムレツ(シメジ、ピーマン、じゃが芋、魚肉ソーセージ) *ほうれん草のゴマ和え	11 日 夕	*豆ご飯*鯖の味噌煮 *すまし汁(玉葱、素麺) *胡瓜酢物(春雨、胡瓜)
12 日 朝	*ご飯*味噌汁(椎茸、玉葱) *海苔出汁巻き *茄子田楽	12 日 昼	*ご飯*すまし汁(エノキ、葱)*リンゴ *鶏モモ肉のトマト煮(玉葱、人参) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム)	12 日 夕	*ご飯*味噌汁(葱、ワカメ、大根) *かき揚げ(玉葱、じゃが芋、ピーマン、人参) *キャベツの煮浸し(角天)
13 日 朝	*ご飯*味噌汁(大根、薄揚げ、葱) *お魚厚揚げ*苺ヨーグルト *中華野菜煮(キャベツ、玉葱、モヤシ、人参)	13 日 昼	*ご飯*中華スープ(モヤシ、人参) *じゃが芋のそぼろ煮(鶏ミンチ、玉葱) *キャベツの酢物(ハム、胡瓜)*バナナ	13 日 夕	*ご飯*味噌汁(人参、玉葱、薄揚げ) *鶏肉のごった煮(筍、人参、蓮根、牛蒡) *大豆ハンバーグ(薄揚げ、葱、玉葱)(おろしソース)
14 日 朝	*ご飯*味噌汁(キャベツ、薄揚げ、葱) *ハンペン含め煮 *ぜんまいの炒め煮(人参、薄揚げ、椎茸)	14 日 昼	*ご飯*かき玉汁(カニカマ、葱) *焼き餃子*キウイ、さくらんぼ *切昆布煮(竹輪、人参)	14 日 夕	*ご飯*太刀魚の塩焼き *味噌汁(厚揚げ、モヤシ、葱) *大根の豆そぼろあんかけ(鶏肉)
15 日 朝	*ご飯*味噌汁(小松菜、玉葱) *枝豆がんと落の煮物 *鶏肉と大豆のトマト煮	15 日 昼	*ご飯*すまし汁(エノキ、麩、葱) *野菜炒め(豚肉、キャベツ、人参、玉葱、ピーマン) *じゃが芋と赤天煮*バナナ	15 日 夕	*ご飯*味噌汁(人参、玉葱、薄揚げ) *鰯のキノコソース(平茸、ナメコ、椎茸) *白菜とウインナー、玉子ソテー
16 日 朝	*ご飯*味噌汁(豆腐、シメジ、葱) *エビ稲荷と舞茸の煮物 *茄子の揚げびたし	16 日 昼	*ハヤシライス(牛肉、玉葱) *コンソメスープ(ベーコン、MIXベジ) *胡瓜酢物(ワカメ、ジャコ)*さくらんぼ	16 日 夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、麩) *手作りロケット(玉葱、ミンチ、じゃが芋)(レタス、トマト) *高野豆腐煮(人参、椎茸)

5月献立表(桜ホーム)

17 日 朝	* ロールパン(マーガリン入り) * ヤクルト * コンスープ * じゃが芋のミルク煮 * スクランブルエッグ盛合せ	17 日 昼	* ご飯 * 味噌汁(エンドウ豆、麩、葱) * 豚の生姜焼き(キャベツ、トマト) * 小松菜と厚揚げの煮浸し * パナナ	17 日 夕	* ご飯 * すまし汁(エノキ、ハンペン、葱) * 赤魚のあんかけ(玉葱、人参、ピーマン) * チシャと竹輪の酢物
18 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、玉葱、薄揚げ) * 鯖の塩焼き(インゲン添え) * 洋風切干大根(ペーコン、人参)	18 日 昼	* ご飯 * かき玉汁(エノキ、葱) * 鶏の唐揚げ(レタス、トマト) * スパサラ(胡瓜、ハム、玉葱) * パナナ	18 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、葱、長天) * 酢豚(玉葱、人参、ピーマン) * ほうれん草のゴマ和え
19 日 朝	* おかゆ(玉子) * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ、葱) * 枝豆しんじょうのあんかけ * 茄子のそぼろあんかけ	19 日 昼	* お好み焼き(シーフード、キャベツ、豚肉) * 小ご飯 * 韭菜スープ(ゴマ) * じゃが芋サヤエンドウ煮 * キウイ	19 日 夕	* ご飯 * 素麺汁(椎茸、葱、蒲鉾) * 筑前煮(鶏肉、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻) * めた(葱、イカ)
20 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(なめこ、豆腐、葱) * さつま揚げの煮付 * ヨーグルト * ピーマンとジャコの甘辛炒め(玉葱)	20 日 昼	* 小ご飯 * 中華スープ(ワカメ、モヤシ、生姜) * 冷やし中華(胡瓜、ハム、トマト、錦糸卵) * じゃが芋と玉葱の煮物(人参)	20 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、玉葱、葱) * かつみれと大根の煮物 * 菜の花の和風和え
21 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、麩、玉子) * 3種のチーズロール * 人参の炒め煮	21 日 昼	* カレーライス(豚肉、じゃが芋、玉葱、人参) * 蒟蒻と椎茸の金平(人参、ゴマ) * すまし汁(ハンペン、ワカメ) * パナナ	21 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、薄揚げ) * 小松菜の菜種和え * 銀ひらすと山菜の煮付
22 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(小松菜、エノキ) * 豚の生姜焼き(玉葱) * カリフラワーのカレーソテー(シメジ)	22 日 昼	* 親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) * あらめ煮(人参、角天) * パナナ * なめこ汁(葱) * たくわん	22 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、じゃが芋) * かつみれと大根の煮物 * 筑前煮(鶏肉、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻)
23 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(エリンギ、ワカメ) * 木耳天と人参の煮物 * 山菜と干瓢の炒め煮	23 日 昼	* ご飯 * すまし汁(トロロ、小松菜) * スクランブルエッグ(レタス) * リンゴ、パナナ * 野菜炒め(人参、ピーマン、玉葱、エリンギ)	23 日 夕	* 炊込みご飯(鶏肉、椎茸、人参、牛蒡) * 酢物(春雨、胡瓜、カニカマ) * 味噌汁(キャベツ、玉葱)
24 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、玉葱) * 和風オムレツ盛合せ(人参、キクラゲ、ヒジキ、ほうれん草) * ジャーマンポテト(ペーコン、玉葱) * ヤクルト	24 日 昼	* ご飯 * すまし汁(モヤシ、ワカメ) * 鯛の蒲焼き * パナナ * 中華風酢物(胡瓜、カニカマ、新玉葱)	24 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、ワカメ) * 焼き豆腐のキノコあんかけ(シメジ、エノキ、椎茸、人参) * ホテサラ(ハム、胡瓜)
25 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、麩、人参、葱) * 紅生姜天の炊き合わせ(菜の花のお浸し添え) * 冬瓜のあんかけ	25 日 昼	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、葱) * すき焼き風煮物(小松菜、麩、牛肉、糸コン、椎茸) * もずく酢(胡瓜) * パナナ	25 日 夕	* ご飯 * にゅう麺(素麺、玉葱、玉子) * 鯆の南蛮漬(玉葱、人参、葱) * シーチキンマヨ和え(キャベツ、胡瓜)
26 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、薄揚げ) * 鯆のみりん焼き * 里芋のかあんかけ(人参)	26 日 昼	* 煮込みラーメン(人参、キャベツ、豚肉、モヤシ) * 厚揚げとじゃが芋の煮物 * 小ご飯 * りんご	26 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ) * 煮込みハンバーグ(おから、ミンチ、玉葱) (トマト、チシャ添え)
27 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(ナメコ、キャベツ、葱) * ふんわり花形豆腐の炊き合わせ * 南瓜のこってり煮 * 苺ヨーグルト	27 日 昼	* ご飯 * コンスープ(ペーコン、玉葱) * かき揚げ(玉葱、さつま芋、人参、竹輪、青海苔) * 春雨サラダ(玉子、ハム) * キウイ	27 日 夕	* ご飯 * 鯖の甘酢あん * 味噌汁(人参、麩、ワカメ) * ブロッコリーとサーサイの和え物
28 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、葱) * お魚厚揚げ * キャベツとウィンナーのソテー	28 日 昼	* ご飯 * すまし汁(麩、シメジ、葱) * 焼き餃子(レタス) * キウイ * キャベツと竹輪の酢物(ゴマ)	28 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、薄揚げ) * 豆ミートと枝豆の煮物 * 大根のもろみ味噌かけ
29 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、麩) * 青梗菜とハンペンの煮浸し * 鶏つくね(椎茸の煮付)	29 日 昼	* ご飯 * ワカメスープ(ゴマ) * パナナ * 豆腐チャンプル(豚バラ、玉子、韭菜、生姜) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子)	29 日 夕	* ご飯 * 吸い物(椎茸、蒲鉾) * 鶏ムネ肉の酢豚(玉葱、ピーマン、人参) * 小松菜の煮浸し(薄揚、シメジ)
30 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、玉子、葱) * カリフラワーの黒酢あんかけ(玉葱、人参) * 蓮根煮付 * * グリーンピース棒天の煮付	30 日 昼	* 肉うどん(葱、天かす、ワカメ) * 小ご飯 * ビワ * がんも煮(人参)	30 日 夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、葱) * 鰯の煮付 * 新玉葱の卵とじ
31 日 朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、キノコ) * 豆腐ナゲットのトマトソース * カブとペーコンのコンソメ煮 * ヤクルト	31 日 昼	* 三色丼(玉子、ミンチ、枝豆) * キウイ * キャベツとカニカマの酢味噌和え * ワカメスープ(ゴマ、葱)	31 日 夕	* ご飯 * 吸い物(麩、蒲鉾) * 揚出豆腐野菜あんかけ(人参、筍、ピーマン、しいたけ) * じゃが芋煮(角天、人参)

5月献立表(銀杏ホーム)

1 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、じゃが芋) *肉詰め稲荷の煮物(人参煮物添え) *竹輪とピーマンの甘辛煮	1 日昼	*ご飯*かき玉汁(葱) *赤魚のキノコあんかけ(シジ、エノキ、人参、玉葱) *キウイ	1 日夕	*ご飯*味噌汁(麩、葱) *豆腐ハンバーグ(レタス)(ミンチ、玉葱) *里芋煮
2 日朝	*ご飯*味噌汁(キャベツ、玉子、葱) *海鮮ボール(魚肉)(ピンク信田の含め煮添) *ゴーヤのおかか煮	2 日昼	*ご飯*コンソメスープ(ベーコン、MIXベジ) *鶏胸肉のピカタ(レタス)*りんご *マカロニサラダ(胡瓜、ハム)	2 日夕	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、人参) *鯰の南蛮漬(玉葱、人参、ピーマン) *里芋とわらびの煮物
3 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、薄揚げ) *豆腐つくね団子オーロソース*ヤクルト *ジャガミート(牛肉、豚肉、玉葱)	3 日昼	*カレーライス(豚肉、玉葱、人参、じゃが芋) *ワカメスープ(ゴマ、葱)*パナナ、キウイ *春雨と胡瓜の酢物(カニカマ)	3 日夕	*ご飯*鯖の味噌煮(生姜) *けんちん汁(豆腐、大根、人参) *ほうれん草と竹輪のゴマ和え(人参)
4 日朝	*ご飯*味噌汁(麩、人参、ワカメ) *豆腐しんじょの煮物 *里芋とベーコンのバター醤油	4 日昼	*肉うどん(蒲鉾、天かす、葱、牛肉) *小ライス*りんご *あらめと豆腐の炒り煮	4 日夕	*ご飯*味噌汁(シジ、麩、葱) *かき揚げ(シーフード、玉葱、人参、大豆缶) *じゃが芋と角天煮(人参)
5 日朝	*ご飯*味噌汁(大根、薄揚げ、葱) *鯖の煮付(青梗菜の中華和え添え) *白菜と鶏の煮物(人参)	5 日昼	*他人丼(豚肉、玉葱、葱)*ハイン *ポテサラ(胡瓜、ソーセージ) *味噌汁(エノキ、豆腐、葱)	5 日夕	*炊込みご飯(鶏肉、牛蒡、人参、薄揚げ) *若竹煮(ワカメ)*もずく酢(長芋) *味噌汁(玉葱、薄揚げ)
6 日朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、人参、葱) *がんと人参の煮付*ヨーグルト *茄子の野菜あんかけ(玉葱、人参、椎茸、グリーンピース)	6 日昼	*ご飯*すまし汁(蒲鉾、ワカメ)*リンゴ *肉団子の甘酢煮(玉葱、人参、シジ) *ほうれん草のお浸し(鯉節、カニカマ)	6 日夕	*ご飯*味噌汁(小松菜、薄揚げ) *ホツケの塩焼き *じゃが芋とのほくほく煮
7 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、麩、葱) *鯰の照り焼き(葉大根、人参、薄揚げの和え物添え) *キャベツとキノコのソテー(平茸、ナメコ、椎茸、ベーコン)	7 日昼	*ご飯*コンソメスープ(キャベツ、人参) *鶏モモの南蛮漬(人参、玉葱、ピーマン) *じゃが芋煮(ベーコン)*パナナ	7 日夕	*ご飯*味噌汁(エノキ、麩、葱) *豚肉の生姜焼き(玉葱、人参) *切昆布と大豆の煮物(人参)
8 日朝	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、葱) *柔らかひょうすの柚子あんかけ(玉葱、人参、インゲン) *青梗菜の煮浸し(薄揚げ)	8 日昼	*ご飯*フルーツゼリー *シチュー(魚肉ソーセージ、シジ、玉葱、人参) *ツナ入りポテサラ(胡瓜、人参、ハム)	8 日夕	*ご飯*ホキのムニエル *肉じゃが(牛肉、玉葱、人参) *味噌汁(小松菜、薄揚げ)
9 日朝	*ご飯*味噌汁(ナメコ、葱) *鯛のつみれ煮(蓮根煮付添え) *枝豆ひじき(人参)	9 日昼	*ご飯*味噌汁(じゃが芋、角天、葱) *人参しりしり(シーチキン) *ハサの天ぷら	9 日夕	*ご飯*茄子の煮物(厚揚げ) *糸コンの金平(人参、エノキ) *豚汁(豚バラ、人参、玉葱、シジ、葱)
10 日朝	*ご飯*味噌汁(玉葱、薄揚げ、葱) *ミートボール盛合せ(玉葱、人参のソテー、スナップエンドウ) *小松菜とベーコンのバターソテー	10 日昼	*ご飯*かき玉汁(エノキ、葱)*キウイ *じゃが芋と豚バラ肉の煮物(玉葱、人参) *モヤシの酢物(胡瓜、カニカマ、ゴマ)	10 日夕	*ご飯*すまし汁(豆腐、葱) *煮込みハンバーグ(シジ、玉葱) *春雨サラダ(胡瓜、ハム)
11 日朝	*ご飯*味噌汁(キャベツ、麩) *鹿の子豆腐の煮物(インゲン添え) *白菜の炒め煮(シジ、薄揚げ)	11 日昼	*ご飯*コンソメスープ*リンゴ *オムレツ(シジ、ピーマン、じゃが芋、魚肉ソーセージ) *ほうれん草のゴマ和え	11 日夕	*豆ご飯*鯖の味噌煮 *すまし汁(玉葱、素麺) *胡瓜酢物(春雨、胡瓜)
12 日朝	*ご飯*味噌汁(椎茸、玉葱) *海苔出汁巻き *茄子田楽	12 日昼	*ご飯*すまし汁(エノキ、葱)*リンゴ *鶏モモ肉のトマト煮(玉葱、人参) *マカロニサラダ(胡瓜、ハム)	12 日夕	*ご飯*味噌汁(葱、ワカメ、大根) *かき揚げ(玉葱、じゃが芋、ピーマン、人参) *キャベツの煮浸し(角天)
13 日朝	*ご飯*味噌汁(大根、薄揚げ、葱) *お魚厚揚げ*苺ヨーグルト *中華野菜煮(キャベツ、玉葱、モヤシ、人参)	13 日昼	*ご飯*中華スープ(モヤシ、人参) *じゃが芋のそぼろ煮(鶏ミンチ、玉葱) *キャベツの酢物(ハム、胡瓜)*パナナ	13 日夕	*ご飯*味噌汁(人参、玉葱、薄揚げ) *鶏肉のごった煮(筍、人参、蓮根、牛蒡) *大豆ハンバーグ(薄揚げ、葱、玉葱)(おろしソース)
14 日朝	*ご飯*味噌汁(キャベツ、薄揚げ、葱) *ハンペン含め煮 *ぜんまいの炒め煮(人参、薄揚げ、椎茸)	14 日昼	*ご飯*かき玉汁(カニカマ、葱) *焼き餃子*キウイ、さくらんぼ *切昆布煮(竹輪、人参)	14 日夕	*ご飯*太刀魚の塩焼き *味噌汁(厚揚げ、モヤシ、葱) *大根の豆そぼろあんかけ(鶏肉)
15 日朝	*ご飯*味噌汁(小松菜、玉葱) *枝豆がんと落の煮物 *鶏肉と大豆のトマト煮	15 日昼	*ご飯*すまし汁(エノキ、麩、葱) *野菜炒め(豚肉、キャベツ、人参、玉葱、ピーマン) *じゃが芋と赤天煮*パナナ	15 日夕	*ご飯*味噌汁(人参、玉葱、薄揚げ) *鰯のキノコソース(平茸、ナメコ、椎茸) *白菜とウインナー、玉子ソテー
16 日朝	*ご飯*味噌汁(豆腐、シジ、葱) *エビ稲荷と舞茸の煮物 *茄子の揚げびたし	16 日昼	*ハヤシライス(牛肉、玉葱) *コンソメスープ(ベーコン、MIXベジ) *胡瓜酢物(ワカメ、ジャコ)*さくらんぼ	16 日夕	*ご飯*味噌汁(玉葱、麩) *手作りロケット(玉葱、ミンチ、じゃが芋)(レタス、トマト) *高野豆腐煮(人参、椎茸)

5月献立表(銀杏ホーム)

17 日朝	* ロールパン(マーガリン入り) * ヤクルト * コンスープ * じゃが芋のミルク煮 * スクランブルエッグ盛合せ	17 日昼	* ご飯 * 味噌汁(エンドウ豆、麩、葱) * 豚の生姜焼き(キャベツ、トマト) * 小松菜と厚揚げの煮浸し * パナナ	17 日夕	* ご飯 * すまし汁(エノキ、ハンパ、葱) * 赤魚のあんかけ(玉葱、人参、ピーマン) * チヤと竹輪の酢物
18 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、玉葱、薄揚げ) * 鯖の塩焼き(インゲン添え) * 洋風切干大根(ベーコン、人参)	18 日昼	* ご飯 * かき玉汁(エノキ、葱) * 鶏の唐揚げ(レタス、トマト) * スパサ(胡瓜、ハム、玉葱) * パナナ	18 日夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、葱、長天) * 酢豚(玉葱、人参、ピーマン) * ほうれん草のゴマ和え
19 日朝	* おかゆ(玉子) * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ、葱) * 枝豆しんじょうのあんかけ * 茄子のそぼろあんかけ	19 日昼	* お好み焼き(シーフード、キャベツ、豚肉) * 小ご飯 * 韭菜スープ(ゴマ) * じゃが芋サヤエンドウ煮 * キウイ	19 日夕	* ご飯 * 素麺汁(椎茸、葱、蒲鉾) * 筑前煮(鶏肉、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻) * めた(葱、イカ)
20 日朝	* ご飯 * 味噌汁(なめこ、豆腐、葱) * さつま揚げの煮付 * ヨーグルト * ピーマンとジャコの甘辛炒め(玉葱)	20 日昼	* 小ご飯 * 中華スープ(ワカメ、モヤシ、生姜) * 冷やし中華(胡瓜、ハム、トマト、錦糸卵) * じゃが芋と玉葱の煮物(人参)	20 日夕	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、玉葱、葱) * かつみれと大根の煮物 * 菜の花の和風和え
21 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、麩、玉子) * 3種のチースロール * 人参の炒め煮	21 日昼	* カレーライス(豚肉、じゃが芋、玉葱、人参) * 蒟蒻と椎茸の金平(人参、ゴマ) * すまし汁(ハンパ、ワカメ) * パナナ	21 日夕	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、薄揚げ) * 小松菜の菜種和え * 銀ひらすと山菜の煮付
22 日朝	* ご飯 * 味噌汁(小松菜、エノキ) * 豚の生姜焼き(玉葱) * カリフラワーのカレーソテー(シメジ)	22 日昼	* 親子丼(鶏肉、玉葱、玉子) * あらめ煮(人参、角天) * パナナ * なめこ汁(葱) * たくわん	22 日夕	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、じゃが芋) * カみつみれと大根の煮物 * 筑前煮(鶏肉、人参、牛蒡、椎茸、蒟蒻)
23 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エリンギ、ワカメ) * 木耳天と人参の煮物 * 山菜と干瓢の炒め煮	23 日昼	* ご飯 * すまし汁(トコロ、小松菜) * スクランブルエッグ(レタス) * リンゴ、パナナ * 野菜炒め(人参、ピーマン、玉葱、エリンギ)	23 日夕	* 炊込みご飯(鶏肉、椎茸、人参、牛蒡) * 酢物(春雨、胡瓜、カニカマ) * 味噌汁(キャベツ、玉葱)
24 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、玉葱) * 和風オムレツ盛合せ(人参、キウイ、ヒジキ、ほうれん草) * ジャーマンポテト(ベーコン、玉葱) * ヤクルト	24 日昼	* ご飯 * すまし汁(モヤシ、ワカメ) * 鯛の蒲焼き * パナナ * 中華風酢物(胡瓜、カニカマ、新玉葱)	24 日夕	* ご飯 * 味噌汁(キャベツ、ワカメ) * 焼き豆腐のキノコあんかけ(シメジ、エノキ、椎茸、人参) * ホテサラ(ハム、胡瓜)
25 日朝	* ご飯 * 味噌汁(玉葱、麩、人参、葱) * 紅生姜天の炊き合わせ(菜の花のお浸し添え) * 冬瓜のあんかけ	25 日昼	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、葱) * すき焼き風煮物(小松菜、麩、牛肉、糸コ、椎茸) * もずく酢(胡瓜) * パナナ	25 日夕	* ご飯 * にゅう麺(素麺、玉葱、玉子) * 鱈の南蛮漬(玉葱、人参、葱) * シーチキンヨ和え(キャベツ、胡瓜)
26 日朝	* ご飯 * 味噌汁(シメジ、薄揚げ) * 鱈のみりん焼き * 里芋のかあんかけ(人参)	26 日昼	* 煮込みラーメン(人参、キャベツ、豚肉、モヤシ) * 厚揚げとじゃが芋の煮物 * 小ご飯 * りんご	26 日夕	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、ワカメ) * 煮込みハンバーグ(おから、ミンチ、玉葱) (トマト、チヤ添え)
27 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ナメコ、キャベツ、葱) * ふんわり花形豆腐の炊き合わせ * 南瓜のこってり煮 * 苺ヨーグルト	27 日昼	* ご飯 * コンスープ(ベーコン、玉葱) * かき揚げ(玉葱、さつま芋、人参、竹輪、青海苔) * 春雨サラダ(玉子、ハム) * キウイ	27 日夕	* ご飯 * 鯖の甘酢あん * 味噌汁(人参、麩、ワカメ) * ブロccoliとサーサイの和え物
28 日朝	* ご飯 * 味噌汁(じゃが芋、葱) * お魚厚揚げ * キャベツとウィンナーのソテー	28 日昼	* ご飯 * すまし汁(麩、シメジ、葱) * 焼き餃子(レタス) * キウイ * キャベツと竹輪の酢物(ゴマ)	28 日夕	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、薄揚げ) * 豆ミートと枝豆の煮物 * 大根のもろみ味噌かけ
29 日朝	* ご飯 * 味噌汁(エノキ、麩) * 青梗菜とハンパの煮浸し * 鶏つくね(椎茸の煮付)	29 日昼	* ご飯 * ワカメスープ(ゴマ) * パナナ * 豆腐チャンプル(豚バラ、玉子、韭菜、生姜) * 春雨サラダ(胡瓜、ハム、玉子)	29 日夕	* ご飯 * 吸い物(椎茸、蒲鉾) * 鶏ムネ肉の酢豚(玉葱、ピーマン、人参) * 小松菜の煮浸し(薄揚、シメジ)
30 日朝	* ご飯 * 味噌汁(ワカメ、玉子、葱) * カリフラワーの黒酢あんかけ(玉葱、人参) * 蓮根煮付 * * グリーンピース棒天の煮付	30 日昼	* 肉うどん(葱、天かす、ワカメ) * 小ご飯 * ビワ * がんも煮(人参)	30 日夕	* ご飯 * 味噌汁(薄揚、葱) * 鰯の煮付 * 新玉葱の卵とじ
31 日朝	* ご飯 * 味噌汁(豆腐、キノコ) * 豆腐ナゲットのトマトソース * カブとベーコンのコンソメ煮 * ヤクルト	31 日昼	* 三色丼(玉子、ミンチ、枝豆) * キウイ * キャベツとカニカマの酢味噌和え * ワカメスープ(ゴマ、葱)	31 日夕	* ご飯 * 吸い物(麩、蒲鉾) * 揚出豆腐野菜あんかけ(人参、筍、ピーマン、しいたけ) * じゃが芋煮(角天、人参)