令和5年5月前半　献立表

社会福祉法人　真寿会

	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）	5月7日（日）
朝	かに雑炊 炒り豆腐 フルーツ缶（マンゴー）	ごはん 里芋の揚げ出し 豚汁 ふりかけ（かつお）	あんぱん ポトフ 牛乳 フルーツ缶（洋梨）	芋粥 大豆五目煮 フルーツ缶（マンゴー）	鮭雑炊 小松菜の煮びたし フルーツカクテル	クリームエスカルゴ ベーコンと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶（黄桃）	ごはん 茄子の炒め煮 味噌汁 ふりかけ（しそ）
昼	赤飯 鮭のバター醤油焼き 白菜の煮びたし フルーツ（キウイ） 味噌汁	えびピラフ グリルチキン カリフラワーサラダ フルーツ缶（みかん） コンソメスープ	ごはん 白身魚の味噌漬け焼き 切干大根の煮物 二色和え お吸い物	ごはん 鶏肉のごま醤油焼き パンプキンサラダ フルーツ缶（白桃） 味噌汁	ふわふわ玉子のオムライス ミートボール コールスローサラダ コンソメスープ 	ごはん 焼肉 チンゲン菜ともやしのナムル フルーツ（キウイ） 中華スープ	ごはん さわらの西京焼き かまぼことしろなの和え物 フルーツ缶（マンゴー） お吸い物
おやつ	さつま芋蒸しパン	ドームケーキ	カステラ	ウインナー蒸しパン	柏餅風ゼリー	今川焼き	吹雪饅頭
夕	ごはん 松風焼き ぜんまい煮 ブロッコリーとホタテのサラダ すまし汁	ごはん ほっけの漬け焼き ひじきの煮物 フルーツ缶（りんご） きゅうりのゆかり和え	ごはん 豚肉の生姜焼き ちくわとかぶの煮物 フルーツ（パイン） きゃらぶき	ごはん 黄金かれいの煮つけ れんこんの甘辛炒め ほうれん草の白和え フルーツ（オレンジ）	ごはん 豚肉と野菜の塩麹炒め 茄子の煮物 フルーツ（メロン） 香の物（つぼ漬け）	ごはん さばの香味焼き きんぴらごぼう もずく酢 味噌汁	ごはん 豚肉とピーマンの オイスターソース炒め フルーツ（パイン） 浅漬け（きゅうり）

	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）	5月14日（日）
朝	中華雑炊 厚揚げの揚げ出し風 フルーツ缶（みかん）	ごはん 小松菜の煮びたし すまし汁 ふりかけ（のりたま）	クリームエスカルゴ ウインナーと野菜のコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶（洋梨）	卵雑炊 里芋の揚げ出し フルーツ缶（白桃）	鶏雑炊 ツナじゃが 金時豆	チョコパン ベーコンとチキンボールのトマト煮 牛乳 フルーツ缶（りんご）	ごはん 大豆五目煮 豚汁 ふりかけ（かつお）
昼	鶏南蛮うどん さつま揚げとごぼうの炒め 卵豆腐 フルーツ（キウイ）	ごはん 赤魚の生姜煮 ブロッコリーとかにかまの ごま醤油和え フルーツ缶（黄桃） 味噌汁	二色丼 茄子の炒め物 白菜のさっぱり和え 味噌汁	ごはん 豚肉と野菜のスタミナ炒め 切干大根の炒り煮 フルーツカクテル 味噌汁	ごはん ほっけの塩麹焼き れんこんの甘辛炒め うずら豆 味噌汁	五目チャーハン 焼き餃子 ブロッコリーサラダ 中華スープ	ごはん フライ二種盛り かぶのくず煮 フルーツ缶（洋梨） すまし汁
おやつ	ドームケーキ	桜ミルクプリン ずんだスティック ミートソースのポテトグラタン	ソフトクレープ	洋梨のタルト	ぶどうゼリー	スイスロール	カラメルプリン
夕	ごはん 太刀魚のみりん焼き 里芋の煮物 香の物（しば漬け） 具沢山味噌汁	ごはん 豚肉の味噌炒め えび焼売 キャベツの塩昆布和え フルーツ（メロン）	ごはん あじの和風ムニエル ジャーマンポテト 人参サラダ コンソメスープ	ごはん 白身魚のねぎ醤油焼き チンゲン菜の炒め物 フルーツ（オレンジ） 昆布佃煮	ごはん ミートローフ ピーマンソテー フルーツ（パイン） 香の物（桜だいこん）	ごはん マトウダイの漬け焼き 卯の花 フルーツ（キウイ） 筍のおかか和え	ごはん 鶏肉の生姜焼き きんぴらごぼう きゅうりの酢味噌がけ フルーツ缶（ミックス）

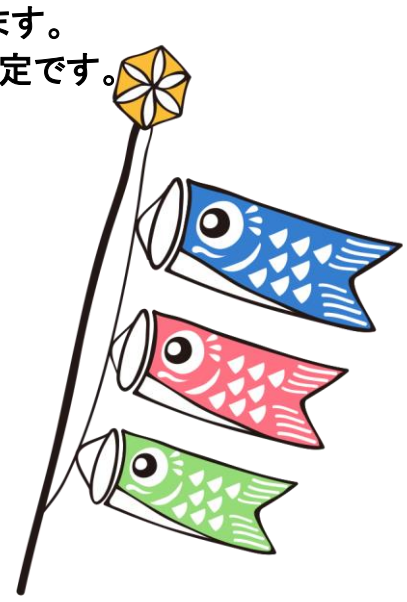
	5月15日（月）
朝	かに雑炊 冬瓜のそぼろ煮 フルーツ缶（マンゴー）
昼	ごはん 銀だら照り焼き いんげんの炒め物 フルーツ缶（黄桃） 味噌汁
おやつ	さつま芋蒸しパン
夕	ごはん 牛肉の甘辛炒め 里芋とさつま揚げの煮物 フルーツ(オレンジ) 香の物（青しその実漬け）

春のおやつバイキング　～5月9日（火）～

1年に3回、春と秋と冬におやつバイキングを実施しています。
今月は「春のおやつバイキング」を実施します。
季節ごとに旬の野菜や見た目にもこだわって企画しています。
ポテトグラタンは当日ホットプレートを使用し実演をする予定です。

＜メニュー＞
・桜のミルクプリン
・ずんだスティック
・ミートソースのポテトグラタン

お楽しみに！！



※献立は一部変更になる場合があります※