

常食(天)

月間献立表

	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)	
朝食	ご飯180g 味噌汁(大根アケ) ツナサラダ 炒り豆腐 ふりかけ/味ごま 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(じゃが芋 サラダ(キャベツ)) スクランブルエッグ 味付けのり 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(里芋ネギ) 湯豆腐 白菜ポン 梅びしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(畑菜) ごま和え 里芋の煮物 ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(アケ/カメ白 もずく酢 胡麻豆腐 ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(かぼちゃ フランクフルト サラダ(キャベツ)) ふりかけ/うめ 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(ジャガイモキャ 卵豆腐(温 胡瓜の和えもの ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	
昼食	ご飯180g 魚の煮付け 砂入り甘酢和え 青菜とじゃこの浸し しそこんぶ	ご飯130g 小盛り御飯 きつねうどん きつねうどんの汁【別 豚肉ともやしのソテー 果物/パイ	ご飯180g 牛肉の甘辛煮込み 酢物 葱入り卵焼き 果物/オレンジ	ご飯180g ゆかりご飯 豚しゃぶ おろしぼんず スパゲティサラダ プリン*チェリーのせ	ご飯180g チキンカツ 大根サラダ 味噌汁(サツマ芋・白菜 パパロア/イチゴ)	ご飯180g 鱈の柚子味噌焼き 松葉しぐれ 漬物 かきたま汁	ご飯180g 中華丼 春雨サラダ 中華スープ パパロア/ヨーグルト	
夕食	ご飯180g 酢豚 ナムル風 なす胡麻醤油かけ 果物/りんご	ご飯180g ポークチャップ 大根とクラゲのサラダ 清し汁 果物/キウイ	ご飯180g 蒸し魚のおろしかけ レバーの味噌炒め 塩昆布和え 抹茶ゼリー	ご飯180g 魚の竜田揚げ とろろ芋 ホウレンソウのピーナツ和え 果物/バナナ	ご飯180g 魚のキノコソース 含め煮 柚子味噌和え 果物/キウイ	ご飯180g 鶏肉の治部煮 なべしぎ 冷奴 果物/りんご	ご飯180g 鮭フライ みぞれ酢あえ 厚揚げの生姜煮 果物/キウイ	
	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)	
朝食	ご飯180g 味噌汁(ふ玉人 オムレツ かか和え のり佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(チンゲン菜 ケチャップ炒め ささみサラダ ふりかけ/味ごま 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(里芋ネギ) 茄子のそぼろ煮 お浸し のり佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(豆腐 ツナじゃが 味噌のせキャベツ ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(アケ/カメ:白 山菜の炒め煮 とろろ芋 味付けのり 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(チンゲン菜 めかぶの和え物 高野豆腐の卵とじ 梅びしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜 ししゃも焼 おろし和え ふりかけ/うめ 牛乳(200ml)	
昼食	ご飯130g 小盛り御飯 団子汁 団子汁の汁【別 焼きなす 果物/パイ	ご飯180g ミートローフ ポテトサラダ コーンスープ 果物/キウイ	ご飯180g 鯖の塩焼 精進揚げ 白和え 天つゆ	ご飯180g 煮魚 かき揚げ 酢味噌和え 果物/パイ	ご飯180g 五目ご飯 焼魚:白身70 菜の花の辛子和え 茶わん蒸し 抹茶パパロア	ご飯180g 鶏のからあげ 中華風冷奴 さつま汁 果物/パイ	ご飯180g 散らし寿司 豚肉の生姜焼 梅そうめん汁 果物/メロン	
夕食	ご飯180g 魚の甘酢からめ 揚 大根のそぼろ煮 ごま浸し 果物/りんご	ご飯180g 揚げ魚のおろし煮 切り昆布の炒め煮 酢味噌和え 果物/オレンジ	ご飯180g 豚肉みそ焼 じゃが芋の千切り炒め 海藻サラダ 果物/りんご	ご飯180g 鶏の照焼き*70 れんこん金平 胡麻豆腐のくずあん パパロア/南瓜	ご飯180g 和風ハンバーグ からし和え のり和え 果物/キウイ	ご飯180g 魚のピカタ からし和え 茄子の味噌炒め 果物/りんご	ご飯180g 魚の味噌マヨ焼 五目卵の花 もずく酢 果物/キウイ	
	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)	5月21日(日)	
朝食	ご飯180g 味噌汁(なす えび団子の煮物 胡瓜の浅漬け 漬物 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(キャベツニンジン 南瓜と鶏の煮付け ブロッコリーサラダ のり佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜 卵焼 鶏とジャガイモの煮物 ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(卵 ぜんまい煮 おろし和え ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(ふ玉人 フランクフルト サラダ(キャベツ)) ふりかけ/たまご 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(なす 炒り豆腐 磯辺和/ハクサイ 梅びしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(玉葱アケ ささみと里芋の煮物 しめじのごま和え 漬物/高菜漬け 牛乳(200ml)	
昼食	ご飯180g 魚の磯辺揚げ 五目炒め ごま和え 果物/パイ	ご飯180g 魚の幽庵焼 柳川風 なめ茸和え 果物/キウイ	ご飯180g 鯖の味噌煮 揚げなす 生酢(大根/人 果物/パイ	ご飯180g チキンカレー 盛合せサラダ:プレスハム コーンスープ フルーツヨーグルト和	ご飯180g フワフワ卵のエビチリソース 中華風サラダ 水ぎょうざ 果物/パイ	ご飯130g 小盛りご飯 焼うどん/P0.5S1.5 大根ピピンパ風 果物/キウイ	ご飯180g 鯖のカレームニエル お煮しめ ほうれん草スープ 果物/バナナ	
夕食	ご飯180g すき焼盛り 温泉卵 甘酢和え 果物/りんご	ご飯180g 鶏天*5 ふろふき大根 しめじのごま和え 果物/バナナ	ご飯180g 豚肉と卵の炒め物 カレー五目ビーフン 冷奴 果物/オレンジ60	ご飯180g 汐焼魚(60g)チウオ 肉かぼちゃ ほうれん草浸し 果物/りんご	ご飯180g 魚の木の芽焼 つきこんにやくの照煮 涼拌茄子 いちごゼリー	ご飯180g 牛肉の野菜巻き 金山寺きゅうり 線ポテトのカレー炒め 果物/りんご	ご飯180g 煮鶏 青菜の炒めもの ピーナツ豆腐/S0.3 ゼリー/ピーチ	
	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)	5月28日(日)	
朝食	ご飯180g 味噌汁(麩 オムレツ 野菜炒め 梅干し 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(豆腐 切り昆布の炒め煮 白菜の浅漬け ふりかけ/たまご 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(里芋ネギ) 炒り煮/ヒジキ油揚 醤油和え 味付け海苔 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(キャベツ:ニンジン 鮭の塩焼き 茄子の炒煮 ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(豆腐 ごま味噌煮 しらす和え ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(大根 南瓜の煮物 しその実和え ふりかけ/味ごま 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(じゃが芋 目玉焼 切大根煮付(アケ人 えびみそ 牛乳(200ml)	
昼食	ご飯180g さわらの蒲焼 生酢(大根/人 吸物(アヲ 青菜) プリン	ご飯130g 小盛り御飯 ちゃんぽん ちゃんぽん汁(別 蒸しゆうまい ラムゼリー	ご飯180g 豚肉のゴマダレかけ こんにやくの照煮 からしマヨ和え やせうま	ご飯180g 鯖の西京焼 厚揚げのカレー炒め もずく酢 果物/バナナ	* ロールパン(10) ミートスバゲティ サラダ ポタージュ りんごジャム	ご飯180g チキン南蛮 山くらげの炒め煮 セロリサラダ 果物/バナナ	ご飯180g ぶりの照り焼 かき揚げ/タマハセ けんちん汁 果物/パイ	
夕食	ご飯180g 麻婆豆腐 モヤシとセロリの和え物 煮付の盛り合わせ 果物/りんご	ご飯180g 白身の味噌煮 胡瓜の酢の物 金平ごぼう 果物/バナナ	ご飯180g ふくさ焼 海老団子の煮物 拌三絲 果物/キウイ	ご飯180g 洋風ハンバーグ マカロニサラダ パンキンスープ 果物/りんご	ご飯180g わかさぎ天ぷら 煮付の盛合せ 長芋短冊の梅肉かけ パパロア	ご飯180g 魚の大和蒸し レバー炒め 中華卵スープ 漬物	ご飯180g 豚肉の生姜焼 含め煮 大葉和え コーヒーゼリー	
	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)					
朝食	ご飯180g 味噌汁(大根 アケ アスパラソテー じゃが芋のそぼろ煮 ふりかけ/うめ 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(なす 大根と里芋の煮物 胡麻豆腐 のり佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜巻 大豆の五目煮 オクラのかか和え ふりかけ/味ごま 牛乳(200ml)					
昼食	ご飯180g ビーフシチュー グリーンサラダ スクランブルエッグ 果物/キウイ	ご飯180g 魚の揚げ煮 ミートボールのコンソメ煮 ごま和え 果物/バナナ	ご飯180g 親子丼 辛子和え 梅そうめん汁 プリン					
夕食	ご飯180g 鯖の塩焼き * からし和え 切昆布煮付(丸天 ピーチゼリー	ご飯180g 鶏肉の味噌漬焼 がんも煮(盛合せ) 海藻とトマトのサラダ ぶどうゼリー	ご飯180g 鮭のムニエル シーザーサラダ ふろふき大根 果物/りんご					

材料の仕入れの都合により、献立の内容が変更になる場合がございますので、ご了承下さい。

天心堂 へつぎ病院