

常食(天)

月間献立表

				5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)
朝食				ご飯180g 味噌汁(白菜巻フ 大豆の五目煮 オクラのかか和え ふりかけ/味噌 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(ジャガイモ 高野豆腐の煮物 磯辺和/ハクサイ うめびしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(アサ玉ねぎ 茄子のそぼろ煮 味噌のせキャベツ 味つけのり 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(なす ほうれん草お浸し 煮奴 ふりかけ/たまご 牛乳(200ml)
昼食				ご飯180g 親子丼 辛子和え 梅そうめん汁 プリン	ご飯180g チキンチャップ マカロニサラダ 大根とゆ煮付 果物/バナナ	ご飯180g 魚の梅風味焼き 炒り豚/コボ人コン 山芋サラダ 果物/キウイ	ご飯130g 小盛り御飯 とろろうどん とろろうどんの汁:【別 白菜のあえ物 水ようかん
夕食				ご飯180g 鮭のムニエル シーザーサラダ ふろふき大根 果物/パイン	ご飯180g わかさぎの南蛮漬け かに風味サラダ 豚と里芋の煮付 青りんごゼリー	ご飯180g トンカツ ぜんまい煮付 大根ポン酢和え 果物/パイン	ご飯180g 夕焼魚(60g)チウオ ちくわの磯辺揚げ からし和え パパロア/いちご
		5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	5月9日(木)	5月10日(金)
朝食	ご飯180g 味噌汁(畑菜アヲレ 卵焼き 金平ごぼう ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(麩) ごまドレ和え うの花 漬物 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(白菜 湯豆腐 のり和え ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(アケワカメ 鶏と里芋の煮物 しめじのごま和え 昆布佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(なす 山菜煮 とろろ芋 梅びしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(冬瓜玉ネギ がんと生麩の煮浸し 白菜の浅漬け ふりかけ/瀬戸風味 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(豆腐ネギ 山芋の煮物 ほうれん草の和え物 ふりかけ/味かつお 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g さわらの葱味噌焼 酢の物 野菜ソテー(キャベツ人 果物/パイン)	ご飯180g 魚の香り蒸し 炒り煮/ヒジキ 梅肉和え 清し汁	ご飯180g ピラフ 盛合サラダ:卵 コロケ スープ 果物/パイン	ご飯180g クリームシチュー じゃこ炒め シーフードサラダ 果物/キウイ	ご飯180g 魚のしそはさみ揚げ 春雨の酢の物 吸物(ふ/ネギ) 果物/オレンジ60	ご飯180g カレーライス 盛合せサラダ(ツナ コンソメ野菜スープ フルーツあんみつ	ご飯180g 鶏肉のくわ焼 青梗菜とジャガの煮物 ごぼうサラダ 果物/パイン
夕食	ご飯180g チンジャオロース 蒸しゆまい 春雨スープ 杏仁豆腐	ご飯180g 鶏天*5 南瓜の煮付け 生酢(大根/人 果物/キウイ)	ご飯180g 牛肉の焼肉風 南瓜のマヨ和え コンニャクピリ辛炒煮 いちごゼリー	ご飯180g 魚の韓国風照焼 ビーフソテー 白和え(春人 果物/バナナ)	ご飯180g おでん☆ ほうれん草ソテー 昆布和え 果物/パイン	ご飯180g 魚のフリッター ブロッコリーの香り炒 刺身こんにやく 果物/キウイ50	ご飯180g ミックスフライ 茄子の味噌煮 胡瓜の酢の物 マスカットゼリー
		5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)	5月16日(木)	5月17日(金)
朝食	ご飯180g 味噌汁(キャベツニンジン 厚揚げの煮物 おろし和え のり佃煮 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(大根アケ 炒り豆腐 ツナサラダ ふりかけ/味噌 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(じゃが芋 スクランブルエッグ サラダ(キャベツ) 味つけのり 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(里芋ネギ) 白菜ポン 湯豆腐 梅びしお 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(畑菜 里芋の煮物 ごま和え 梅干し 牛乳(200ml)	ご飯180g 味噌汁(アケワカメ白 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(白菜巻フ フルーツ サラダ(キャベツ) 味つけのり 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g 散らし寿司 魚の磯辺揚げ 梅そうめん汁 果物/マン	ご飯180g 魚の煮付け 青菜とじゃこの浸し 砂り甘酢和え 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/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 回鍋肉 スパゲティサラダ 清し汁 果物/パイン	ご飯180g チキンカツ 大根サラダ 味噌汁(ジャガ・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
夕食	ご飯180g 牛肉のガーリック焼 お煮しめ グリーンサラダ:低 果物/バナナ	ご飯180g 酢豚 ナムル風 なす胡麻醤油かけ 果物/パイン	ご飯180g ポークチャップ 大根とクラゲのサラダ かきたま汁 果物/バナナ	ご飯180g 牛肉の甘辛煮込み 酢物 葱入り卵焼き 果物:りんご60	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/キウイ	ご飯180g 魚のキノコソース 含め煮 柚子味噌和え 果物/リンゴ	ご飯180g 鶏肉の治部煮 なべしぎ 冷奴 果物/パイン
		5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	5月24日(金)
朝食	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)	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/味噌 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 鶏と里芋の煮物 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(アケワカメ:白 山菜の炒め煮 とろろ芋 味つけのり 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)
昼食	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	ご飯130g 小盛り御飯 団子汁 団子汁の汁【別 焼きなす 果物/キウイ	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60	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/パイン	ご飯180g 鶏の照焼き*70 れんこん金平 ほうれん草シュウマイ パパロア/南瓜	ご飯180g 五日ご飯 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/オレンジ60
夕食	ご飯180g 鮭フライ みぞれ酢あえ 厚揚げの生姜煮 果物/バナナ	ご飯180g 魚の甘酢からめ 揚 大根のそぼろ煮 ごま浸し 果物/パイン	ご飯180g ミートローフ ポテトサラダ コーンスープ 果物/バナナ	ご飯180g 鯖の塩焼 精進揚 天つゆ 白和え	ご飯180g 煮魚 かき揚げ 酢味噌和え 果物/オレンジ	ご飯180g 和風ハンバーグ 含め煮 のり和え 果物/パイン	ご飯180g 魚のピカタ からし和え 茄子の味噌炒め 果物/キウイ
		5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)
朝食	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)	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 フルーツ サラダ(キャベツ) ふりかけ/たまご 牛乳(200ml)	
昼食	ご飯130g 小盛りご飯 鶏うどん 鶏うどんの汁:別 天ぷら:小鉢 パパロア	ご飯180g 魚の磯辺揚げ 五目炒め ごま和え 果物/オレンジ60	ご飯180g 魚の幽庵焼 柳川風 なめ茸和え 果物/キウイ	ご飯180g 豚肉と卵の炒め物 カレー五目ビーフン 冷奴 果物/パイン	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 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	
夕食	ご飯180g 魚の味噌マヨ焼 五目卵の花 もずく酢 果物/バナナ	ご飯180g すき焼盛り 温泉卵 甘酢和え 果物/リンゴ	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 鯖の味噌煮 揚げなす 生酢(大根/人 果物/オレンジ60	ご飯180g 夕焼魚(60g)チウオ 肉かぼちゃ ほうれん草浸し 果物/キウイ	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/パイン	

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