

令和6年5月 予定献立表

常食・きざみ

	朝食	昼食	夕食
1 (水)	449Kcal ご飯 みそ汁 たまご焼き おろし和え ヨーグルト	388Kcal ゆかりご飯 サバの塩こうじ焼 切干煮 ごま和え 果物	439Kcal ご飯 豚肉の生姜焼き 辛子和え みそ汁 チョコプリン
2 (木)	448Kcal ご飯 みそ汁 さつま揚げ煮 おなか和え ヨーグルト	583Kcal ご飯 鶏のトマトソース ひじき煮 春雨サラダ ゼリー	523Kcal ご飯 カジキの竜田揚げ 焼きなす みそ汁 小豆煮
3 (金)	448Kcal ご飯 みそ汁 納豆 煮びたし ヨーグルト	619Kcal けんちんうどん さつまいもきんとん煮 しその実和え 果物 牛乳	537Kcal ご飯 豚肉の柳川風 わさび和え みそ汁 ムースぶどう
4 (土)	430Kcal ご飯 みそ汁 目玉焼き 野菜炒め ヨーグルト	539Kcal 五目チャーハン 肉団子煮 ナムル 杏仁豆腐	504Kcal ご飯 白身魚のパン粉焼き ささみのなめたけ和え みそ汁 ビタミンゼリー
5 (日)	408Kcal 雑炊 五目豆 漬物 ヨーグルト	563Kcal <端午の節句> チキンカレー 福神漬け 卵サラダ お祝のお菓子 ドリンクヨーグルト	550Kcal ご飯 煮魚(赤魚) わさびマヨネーズ和え みそ汁 黒ゴマプリン
6 (月)	452Kcal ご飯 みそ汁 オムレツ 菜の花シラス和え ヨーグルト	513Kcal スパゲティナポリタン じゃが芋のカレー煮 和風サラダ ゼリー 牛乳	505Kcal ご飯 煮魚(メバル) ほうれん草くるみ和え みそ汁 ようかん
7 (火)	353Kcal ご飯 みそ汁 納豆 野菜炒め ヨーグルト	372Kcal ご飯 鮭の照り焼き きんぴらごぼう 酢味噌かけ 果物	501Kcal ご飯 揚げ鶏のネギソース 梅しそ和え みそ汁 ムース
8 (水)	403Kcal ご飯 みそ汁 魚肉ソーセージソテー フレーク和え ヨーグルト	558Kcal ご飯 豆腐の五目旨煮 シュウマイ ごま和え 果物	561Kcal ご飯 赤魚の粕漬 南瓜サラダ 豚汁 プリン
9 (木)	447Kcal ご飯 みそ汁 温泉卵 煮ひたし ヨーグルト	598Kcal カニちらしすし 蒟とがんとどき煮 即席漬け 果物	530Kcal ご飯 鶏肉の照り焼き おくらのおなか和え みそ汁 あんみつ
10 (金)	436Kcal ご飯 みそ汁 納豆 キャベツとコーンのソテー ヨーグルト	485Kcal ご飯 豚肉煮 ひじき煮 ゴマ酢和え ゼリー、牛乳	460Kcal ご飯 はんぺんちーずフライ 辛子和え みそ汁 フルーツヨーグルト和え

食材の入荷都合により献立が変更になる場合があります。

安立園特別養護老人ホーム

令和6年5月 予定献立表

ソフト

	朝食	昼食	夕食
1 (水)	348Kcal 粥 みそ汁 たまご焼き おろし和え ヨーグルト	620Kcal 粥 みそ煮 切干煮 ごま和え 果物	382Kcal 粥 豚肉の生姜焼き 辛子和え みそ汁 チョコプリン
2 (木)	336Kcal 粥 みそ汁 鯛のムース ほうれんそうゼリー ヨーグルト	393Kcal 粥 鶏のトマトソース ひじき煮 サラダ ゼリー	478Kcal 粥 天ぷら(ソフト) 焼きなす みそ汁 小豆煮
3 (金)	333Kcal 粥 みそ汁 納豆 煮びたし ヨーグルト	412Kcal 粥 みそ煮 さつまいもきんとん煮 しその実和え 果物、牛乳	474Kcal 粥 豚肉の柳川風 わさび和え みそ汁 ムースぶどう
4 (土)	359Kcal 粥 みそ汁 炒り卵 野菜炒め ヨーグルト	403Kcal 粥 肉団子煮 じゃがいも煮 ナムル 杏仁豆腐	441Kcal 粥 白身魚のバター風味 なめたけ和え みそ汁 ビタミンゼリー
5 (日)	335Kcal 雑炊 五目豆 うめびしお ヨーグルト	437Kcal <端午の節句> カレーと粥 福神漬け サラダ お祝のお菓子 ドリンクヨーグルト	497Kcal 粥 煮魚(赤魚) わさびマヨネーズ和え みそ汁 黒ゴマプリン
6 (月)	324Kcal 粥 みそ汁 オムレツ 枝豆ゼリー ヨーグルト	456Kcal 粥 ケチャップ煮 じゃが芋のカレー煮 和風サラダ ゼリー、牛乳	412Kcal 粥 煮魚(メバル) くるみ和え みそ汁 ようかん
7 (火)	326Kcal 粥 みそ汁 納豆 野菜炒め ヨーグルト	558Kcal 粥 鮭の照り焼き きんぴらごぼう 酢味噌かけ 果物	457Kcal 粥 鶏のから揚げ煮(ソフト) 梅和え みそ汁 ムース
8 (水)	334Kcal 粥 みそ汁 ほたてのムース おひたし ヨーグルト	485Kcal 粥 豆腐の五目旨煮 シュウマイ ごま和え 果物	484Kcal 粥 煮魚 南瓜サラダ みそ汁 プリン
9 (木)	382Kcal 粥 みそ汁 温泉卵 煮ひたし ヨーグルト	385Kcal 粥 魚のバター風味 豆腐 即席漬け 果物	417Kcal 粥 鶏肉の照り焼き おひたし みそ汁 あんみつ
10 (金)	345Kcal 粥 みそ汁 納豆 キャベツとコーンのソテー ヨーグルト	461Kcal 粥 豚肉煮 ひじき煮 ごま和え ゼリー、牛乳	423Kcal 粥 フライ(ソフト) 辛子和え みそ汁 フルーツヨーグルト和え

食材の入荷都合により献立が変更になる場合があります。
ソフト食対象の方に、昼と夕食の粥にPFCパウダーを添加しています。

安立園特別養護老人ホーム