令和 3年5月特養月間献立表

	土	日	月	火	水	木	金
朝食	1 パン　牛乳 カリフラワーのトマトスープ	2 パン　コーヒー牛乳 スパゲティーサラダ	3 白才の雑炊　牛乳 べーじゃが	4 パン　牛乳 青梗菜のソテー	5 中華粥　牛乳 ホッケ塩焼き	6 パン　牛乳 小松菜のカレースープ	7 椎茸雑炊　牛乳 もやしとベーコンのソテー
昼食	ごはん　カレイの山椒煮 もやしと豚肉の炒め物 フルーツ　味噌汁	ごはん　油淋鶏 小松菜と竹輪の和え物 フルーツ　中華スープ	ごはん　豚肉ともやしの炒め物 ポテトサラダ（備蓄品） フルーチェ　味噌汁	ごはん　鯵の南蛮漬け 三色稲荷の煮物 フルーツ　味噌汁	オムライス エビフライ　ミネラルゼリー コーンクリームスープ	ごはん　鯖の西京焼き キャベツと竹輪のレモンサラダ フルーツ　味噌汁	おにぎり　お好み焼き やわらか杏仁豆腐 味噌汁
間食	抹茶饅頭 麦茶	おにぎりせんべい 抹茶	ココアシフォンケーキ コーヒー	もみじ饅頭 麦茶	米粉ドッグ 紅茶	コーヒーゼリー 麦茶	黒棒＆うす塩せんべい 昆布茶
夕食	ごはん　クリームシチュー 豆腐サラダ フルーツ	枝豆ご飯　鰆の胡麻味噌焼き ひじきと絹揚げの炒り煮 フルーツ　清汁	木の葉丼 胡瓜と蒲鉾の和え物 はちみつゼリー　味噌汁	ごはん　牛皿 卵の袱紗焼き銀あんかけ フルーツ　味噌汁	ごはん　鶏肉の照り焼き 一口がんも煮物 フルーツ　味噌汁	ごはん　ハンバーグ アスパラとツナのサラダ ヨーグルト　コンソメスープ	ごはん　白身魚の香草焼き 大豆と小エビの煮物 フルーツ　味噌汁
朝食	8 パン　牛乳 キャベツのポトフ	9 パン　コーヒー牛乳 ポタージュスープ	10 卵雑炊　牛乳 大根のクリーム煮	11 パン　牛乳 アスパラのスープ	12 チリメン雑炊　牛乳 ボロニアソーセージ	13 パン　牛乳 グリンピースのポタージュ	14 白才の雑炊　牛乳 厚揚げの煮物
昼食	ごはん　鮭の南部焼き 隠元の塩麹和え　フルーツ 孟宗汁（山形県郷土料理）	赤飯　刺身3種盛り じゃが芋と平天の旨煮　フルーツ 胡瓜の土佐酢　茶碗蒸し	ごはん　焼肉風 キャベツとピーマンのサラダ フルーツ　味噌汁	炊き込みご飯　きつね蕎麦 里芋の煮物 レモンゼリー	カレーライス 漬物 豆腐サラダ　アロエヨーグルト	ごはん　ホキのグリル ポテトサラダ（備蓄品） フルーツ　味噌汁	親子丼 キャベツと隠元のサラダ フルーチェ　味噌汁
間食	みるく饅頭 緑茶	母の日饅頭 緑茶	よもぎ団子 麦茶	白饅頭 緑茶	スイートポテト 紅茶	黒糖饅頭 緑茶	原宿ドッグ コーヒー
夕食	ごはん　エビカツ 法蓮草と蒲鉾の和え物 はちみつゼリー　味噌汁	ごはん　八宝菜 かにシューマイ フルーツ　中華スープ	玄米ご飯　白身魚の揚げ浸し 卯の花 ミネラルゼリー　味噌汁	ごはん　鶏肉のねぎ焼き カリフラワーの胡麻ドレサラダ フルーツ　味噌汁	ごはん　太刀魚の生姜煮 葱ともやしの酢味噌和え フルーツ　清汁	ごはん　豚と野菜の味噌炒め ブロッコリーの洋風お浸し ミネラルゼリー　とろろ汁	ごはん　ホッケの塩焼き がんも煮物 フルーツ　味噌汁
朝食	15 パン　牛乳 プレーンオムレツ	16 パン　コーヒー牛乳 チャウダースープ	17 カニ雑炊　牛乳 磯巻き卵	18 パン　牛乳 白才の豆乳煮	19 玄米粥　梅びしお　牛乳 切干大根と鶏肉の煮物	20 パン　牛乳 アスパラのスープ	21 卵雑炊　牛乳 鶏つみれ
昼食	ごはん　コロッケ もやしと鶏肉の炒め物 フルーツ　コンソメスープ	ごはん　鯖の香味焼き 大根と小エビの塩煮 卵豆腐　味噌汁	おにぎり　サンマーメン 隠元のピーナッツサラダ やわらか杏仁豆腐	ごはん　とんかつ ひじきと平天の炒り煮 ヨーグルト　味噌汁	ごはん　カレイの魚田煮 三色稲荷の煮物 フルーツ　清汁	ごはん　鶏チリ 春雨サラダ マンゴプリン　中華スープ	散らし寿司 白ナとなめこの和え物 みつ豆　かきたま汁
間食	抹茶もみじ饅頭 昆布茶	クリームコンフェ 麦茶	たい焼き（ミニ） 緑茶	ぽたぽた焼き＆白い風船 麦茶	鈴焼き 緑茶	チョコケーキ コーヒー	よもぎ饅頭 緑茶
夕食	ごはん　白身魚のソテー 豚肉の筑前煮風 はちみつゼリー　味噌汁	ごはん　鶏肉の豆鼓蒸し キャベツと蒲鉾の煮浸し フルーツ　豚汁	ごはん　赤魚の焼き浸し 高野豆腐のそぼろ煮 フルーツ　味噌汁	さつま芋ご飯　鰯の山椒煮 キャベツの和え物 フルーツ　味噌汁	ごはん　牛肉のｵｲｽﾀｰｿｰｽ炒め 南瓜サラダ レモンゼリー　味噌汁	ごはん　白身魚フライ かに団子の煮物 フルーツ　味噌汁	ごはん　肉じゃが 冷奴 フルーツ　味噌汁
朝食	22 パン　牛乳 うまい菜とｳｲﾝﾅｰのｿﾃｰ	23 パン　コーヒー牛乳 ミートオムレツ	24 青梗菜の雑炊　牛乳 カニボール	25 パン　牛乳 ポタージュスープ	26 大根雑炊　牛乳 海老そぼろ出し巻	27 パン　牛乳 もやしの大葉ドレサラダ	28 椎茸雑炊　牛乳 小松菜の和え物
昼食	ごはん　白身魚のピカタ いか袱紗焼き フルーツ　味噌汁	豚の生姜焼き丼 大根とねぎの利休煮 ミネラルゼリー　味噌汁	ごはん　鯖の味噌煮 卯の花 フルーツ　かきたま汁	駅弁当（千葉駅）　浅利ご飯 ｺﾛｯｹ　高野の炊き合わせ　出し巻 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物　ﾌﾙｰﾂ　味噌汁	ごはん　鰆の鳴門煮 青梗菜と鶏肉の炒め物 フルーツ　味噌汁	稲荷寿司 あんかけ卵とじうどん 蓮根と昆布の煮物　杏仁豆腐	ごはん　赤魚の西京焼き 里芋と豚肉の煮物 フルーツ　若竹汁
間食	手作りきな粉マフィン 麦茶	みたらし団子 昆布茶	ふがし＆塩せんべい グリンテイー	みるく饅頭 緑茶	ほうじ茶プリン 麦茶	おにぎりせんべい 緑茶	ブルーベリーパウンドケーキ コーヒー
夕食	はやしライス 漬物　玉葱とツナのマリネ ヨーグルト	ごはん　白煮魚のグリル もやしとパプリカの中華サラダ フルーツ　味噌汁	ごはん　ハンバーグ マカロニサラダ フルーツ　味噌汁	ごはん　ホキの唐揚げ甘酢あん ひじきのサラダ ミネラルゼリー　春雨スープ	ごはん　ポークチャップ カリフラワーのバジルサラダ フルーツ　味噌汁	ごはん　鮭の塩焼き さつま芋サラダ フルーツ　味噌汁	ごはん　鶏肉のマスタード焼き ブロッコリーの白和え レモンゼリー　味噌汁
朝食	29 パン　牛乳 プレーンオムレツ	30 パン　コーヒー牛乳 アスパラのスープ	31 卵雑炊　牛乳 シイラの野菜ソースかけ				
昼食	カレーライス 漬物　キャベツのサラダ フルーチェ	ごはん　白身魚の香草焼き 大豆の煮物 フルーツ　味噌汁	A、ネギトロ丼　B、鮭イクラ丼 ひじきと豚肉の炒め物 フルーツ　味噌汁				
間食	黒ごま水ようかん 麦茶	抹茶シフォンケーキ 緑茶	鈴焼き 麦茶				
夕食	ごはん　おでん（4種） 金平牛蒡　胡瓜の浅漬け フルーツ	ごはん　肉団子の中華あん もやしと隠元の和え物 ヨーグルト　中華スープ	ごはん　エビかつ 筑前煮 フルーツ　味噌汁				