

江古田の森 5月献立表(常食)

・おやつは提供のない事業所もあります(障害者支援施設:黄色)
 ・通所事業所:昼食のみの提供となります。また開所日は各事業所の予定表をご覧ください。
 ・発注等の関係により献立が変更となる場合があります

朝							
朝						御飯 和風スクランブルエッグ 金山寺みそ みそ汁(もやし・ワカメ) 乳飲料	御飯 厚揚げと青菜の煮物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(さつま芋・かぶ菜) 乳飲料
昼						御飯 さわらのバター醤油焼き 付)そら豆 白菜の煮浸し フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(大根・大根菜) 乳飲料	御飯 照り焼きチキン 付)ホリタン カリフラワーサラダ フルーツ缶(みかん) コンソメスープ(小松菜・ベーコン)
昼間							◎お茶プリン
夕						麦ご飯 松風焼き 付)いんげん なすの炒め物 ほうれん草のお浸し	御飯 ほっけの山椒焼き 付)畑菜 ひじきの煮物 長芋とろろ
日付	05月03日(日)	05月04日(月)	05月05日(火)	05月06日(水)	05月07日(木)	05月08日(金)	05月09日(土)
朝	御飯 ウインナーソー のり佃煮 みそ汁(ほうれん草・うずまき) 乳飲料	御飯 さつま揚げと里芋の煮物 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・ワカメ) 乳飲料	御飯 お魚ソーゼージと青菜の炒め物 たいみそ みそ汁(白菜・ねぎ) 乳飲料	御飯 豆腐チャンプル ふりかけ(しそ) みそ汁(冬瓜・大根菜) 乳飲料	御飯 だし巻卵 付)チンゲン菜 うめびしお みそ汁(さつま芋・油揚げ) 乳飲料	御飯 肉詰めいなりの煮物 ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・大根菜) 乳飲料	御飯 豆腐のそぼろ煮 金山寺みそ みそ汁(里芋・ワカメ) 乳飲料
昼	御飯 さばのみそ焼き 付)チンゲン菜 切干大根の炒め煮 フルーツ缶(ミックス) お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん マカロニサラダ パイナップルゼリー みそ汁(もやし・畑菜)	◎端午の節句◎ オムライス デミソース えびフライ&ハンバーグ 付)ブロッコリー・人参グラッセ プリン風デザート コンソメスープ(しろな・玉葱)	御飯 ブルコギ ほうれん草ともやしのナムル フルーツ(バナナ) 中華スープ(春雨・ワカメ)	御飯 さわらのごま味噌焼き 付)ふき・花人参 かぶのくず煮 フルーツ缶(マンゴー) お吸物(しめじ・うずまき麩)	鶏南蛮うどん さつま揚げと冬瓜の煮物 卵豆腐	麦ご飯 マルの生姜煮 付)大根・いんげん ブロッコリーとえびの和え物 フルーツ缶(白桃) みそ汁(チンゲン菜・おつゆ麩)
昼間	カステラ	たいやき	◎カープゼリー	りんごのタルト	ドーナツ(豆乳)	人形焼き	スイートポテト
夕	御飯 豚肉の生姜焼き 付)ブロッコリー ちくわとかぶの煮物 白菜のゆかり和え	御飯 黄金かかれいの煮付け 付)南瓜・オクラ 豚肉と根菜の炒め物 温泉卵	御飯 豚肉の玉葱ソースかけ たれ 付)ピーマン 大根と油揚げの煮物 キャベツの磯和え	麦ご飯 あじの香味焼き 付)人参きんぴら 里芋の煮ころがし ブロッコリーのゆず醤油和え	御飯 鶏肉の照りマヨ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 畑菜のなめたけ和え	御飯 さばの照り焼き 付)しろな 肉じゃが オクラのおかかポン酢和え	御飯 豚肉とピーマンのオイスターソース炒 かに焼売 キャベツの塩昆布和え
日付	05月10日(日)	05月11日(月)	05月12日(火)	05月13日(水)	05月14日(木)	05月15日(金)	05月16日(土)
朝	御飯 野菜つみれとかぶの煮物 ふりかけ(しそ) みそ汁(玉葱・油揚げ) 乳飲料	御飯 卵とじ たいみそ みそ汁(さつま芋・貝割) 乳飲料	御飯 ウインナーソー ふりかけ(たまご) みそ汁(もやし・うずまき麩) 乳飲料	御飯 がんと大根の煮物 のり佃煮 みそ汁(里芋・長葱) 乳飲料	御飯 ミートボール 付)畑菜 ふりかけ(かつお) みそ汁(かぶ・ワカメ) 乳飲料	御飯 炒り豆腐 うめびしお みそ汁(じゃが芋・玉葱) 乳飲料	御飯 スクランブルエッグ ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・畑菜) 乳飲料
昼	◎行事食:お刺身小鉢◎ 御飯 牛肉のしぐれ煮 なすの炒め物 刺身の2種盛(まぐろ・サーモン) みそ汁(小松菜・椎茸)	御飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース 付)いんげん 南瓜のごま和え フルーツ缶(りんご) みそ汁(大根・大根菜)	御飯 ほっけのねぎ醤油焼き 付)しろな 高野豆腐の含め煮 デザート みそ汁(玉葱・ワカメ)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め ブロッコリーサラダ フルーツ缶(みかん) 中華スープ(チンゲン菜・椎茸)	御飯 豚肉の漬け焼き 付)キャベツ 冬瓜の信田煮 フルーツ缶(バナナ) みそ汁(もやし・貝割)	麦ご飯 ますの西京焼き 付)ふき・花麩 さつま揚げといんげんの炒め フルーツ缶(マンゴー) お吸物(小松菜・えのき)	きつねそば 天ぷら二種盛り 付)オクラ 白菜のゆかり和え パイナップルゼリー
昼間	◎あまおういちごムース	蒸しパン(チーズ)	蒸しパン(いちご)	ドーナツ(チョコ)	黒糖まんじゅう	マドレーヌ	カスタードケーキ
夕	御飯 白身魚のトマトソース 付)オクラ・花人参 チンゲン菜の炒め物 冷奴 じゃが芋のカレー炒め 白菜サラダ	麦ご飯 あじの塩麹焼き 付)オクラ・花人参 チンゲン菜の炒め物 冷奴	御飯 ミートローフ ソース 付)パスタ かぶのコンソメ煮 カリフラワーサラダ	御飯 さわらの山椒焼き 付)そら豆 卵の花 菜の花のくのみ和え	御飯 親子煮 きんぴらごぼう ほうれん草とツナの和え物	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 里芋の含め煮 チンゲン菜とかにかまのお浸し	御飯 さばの南部焼き 付)しろな ひじきの煮物 キャベツのレモンサラダ
日付	05月17日(日)	05月18日(月)	05月19日(火)	05月20日(水)	05月21日(木)	05月22日(金)	05月23日(土)
朝	御飯 厚揚げとかぶの含め煮 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・大根菜) 乳飲料	御飯 お魚ソーゼージの炒め物 ふりかけ(たまご) みそ汁(豆腐・かぶ菜) 乳飲料	御飯 オムレツ 付)ブロッコリー たいみそ みそ汁(もやし・ねぎ) 乳飲料	御飯 さつま揚げと青菜の炒め煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・しめじ) 乳飲料	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め うめびしお みそ汁(冬瓜・大根菜) 乳飲料	御飯 お揚げの卵とじ のり佃煮 みそ汁(里芋・貝割) 乳飲料	御飯 がんととかぶの煮物 ふりかけ(かつお) みそ汁(しろな・うずまき麩) 乳飲料
昼	御飯 赤魚の野菜あんかけ 菜の花のピーナツ和え フルーツ缶(白桃) お吸物(花麩・貝割)	御飯 ハンバーグ デミソース 付)人参グラッセ・ポテ カリフラワーとかにかまのサラダ フルーツ缶(ミックス) ユーンポータージュース	御飯 あじの照り焼き 付)畑菜 里芋とちくわの炒め煮 フルーツ缶(りんご) みそ汁(白菜・大根菜)	御飯 豚肉のカレー炒め かぶとえびの含め煮 フルーツ缶(バナナ) みそ汁(小松菜・うずまき麩)	麦ご飯 白身魚のバター醤油焼き 付)人参きんぴら ほうれん草の錦糸和え フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(豆腐・ワカメ)	御飯 鶏肉のタルト焼き 付)ホリタン ツナとブロッコリーの和え物 フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(もやし・かぶ菜)	ハヤシライス ホトシラダ ヨーグルトデザート ピクルス
昼間	和のパンケーキ(抹茶)	今川焼き(こしあん)	どら焼き(カスタード)	キウイゼリー	どら焼き(抹茶)	もものタルト	かすてら饅頭
夕	御飯 鶏肉ともやしの葱塩炒め チンゲン菜とえびの旨煮 ハンバーグ	御飯 白身魚のバジル焼き 付)ピーマン 冬瓜の洋風煮 オクラのゆず醤油和え	御飯 鶏肉の唐揚げ 付)いんげん ぜんまい煮 ほうれん草の白和え	御飯 干草焼き 和風あん なすの煮物 カリフラワーの和え物	御飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 二色浸し	麦ご飯 白身魚の野菜あんかけ 付)いんげん かぼちゃの煮物 大根の香味和え	御飯 ほっけの漬け焼き 付)オクラ ふきの煮物 ほうれん草のごま和え
日付	05月24日(日)	05月25日(月)	05月26日(火)	05月27日(水)	05月28日(木)	05月29日(金)	05月30日(土)
朝	御飯 炒り豆腐 ふりかけ(たまご) みそ汁(玉葱・大根菜) 乳飲料	御飯 厚揚げ卵 付)畑菜 ふりかけ(しそ) みそ汁(冬瓜・しめじ) 乳飲料	御飯 豆腐のそぼろ煮 のり佃煮 みそ汁(里芋・かぶ菜) 乳飲料	御飯 チンゲン菜とベーコンの炒め物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(もやし・貝割) 乳飲料	御飯 さつま揚げの炒め煮 たいみそ みそ汁(さつま芋・長葱) 乳飲料	御飯 厚揚げとかぶの含め煮 ふりかけ(さけ) みそ汁(畑菜・玉葱) 乳飲料	御飯 卵とじ 金山寺みそ みそ汁(豆腐・ワカメ) 乳飲料
昼	御飯 さわらの金山寺味噌焼き 付)小松菜 卵豆腐のあんかけ フルーツ缶(黄桃) お吸物(かまぼこ・ねぎ)	麦ご飯 さばの煮付け 付)オクラ・花人参 菜の花の酢みそ和え フルーツ缶(バナナ) お吸物(うずまき麩・貝割)	御飯 八宝菜 焼売 フルーツ缶(マンゴー) 中華スープ(春雨・ワカメ)	御飯 あじの南蛮漬け なすの揚げ浸し フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(冬瓜・ねぎ)	ホタテのヒラフ 洋風卵焼き 付)キャベツ リンゴゼリー コンソメスープ(小松菜・えのき)	御飯 黄金かかれいのおろし煮 付)ふき・花人参 ピーマン炒め フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(白菜・貝割)	御飯 チンカツ 付)キャベツ ソース 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(みかん) みそ汁(ほうれん草・うずまき)
昼間	シュークリーム	水ようかん	ベアクリームワッフル	きみしぐれ	ドーナツ(チョコ)	蒸しパン(黒糖)	焼きプリンタルト
夕	御飯 ミートローフ ソース 付)温野菜 さつま芋きんぴら 白菜の磯和え	御飯 鶏肉のチースソース 付)いんげん ジャーマンポテ カリフラワーサラダ	御飯 白身魚の和風ムニエル 付)ブロッコリー レバーの炒め物 キャベツのゆかり和え	御飯 肉豆腐 温泉卵 畑菜のおかか和え	御飯 ますの生姜醤油焼き 付)オクラ 切干大根の煮物 ほうれん草としめじの和え物	御飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース 付)チンゲン菜 付)里芋の煮物 いんげんの和風マヨネーズ和え	麦ご飯 赤魚の香味焼き 付)そら豆 肉じゃが オクラとえのきのポン酢和え
日付	05月31日(日)		麺禁 05月08日(金)	麺禁 05月16日(土)			
朝	御飯 里芋のそぼろ煮 うめびしお みそ汁(もやし・かぶ菜) 乳飲料						
昼	御飯 豚肉のゆず醤油炒め ミモザサラダ フルーツ缶(バナナ) みそ汁(小松菜・油揚げ)		御飯 鶏肉の炭火焼 さつま揚げと冬瓜の煮物 卵豆腐 麺禁:みそ汁(玉葱・ワカメ)	御飯 天ぷら二種盛り 付)オクラ 天つゆ 白菜のゆかり和え パイナップルゼリー 麺禁:みそ汁(ほうれん草・油揚げ)			
昼間							
夕	御飯 白身魚のマスタード焼き 付)ピーマン 高野豆腐の含め煮 しろなの磯和え						