



今週の献立

5月1日

~

5月6日



号室

様



		5/1(月)	5/2(火)	5/3(水)	5/4(木)	5/5(金)	5/6(土)
朝食	A (和食)	ﾊﾞｰｼﾞｮとｷﾞｬﾌﾞの炒め物 イタリアンサラダ ご飯 みそ汁 漬物 359kcal/ 2.3g	新玉葱と竹輪の生姜炒め シーザーサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 417kcal/ 2.9g	五目巾着の含め煮 ダイスサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 395kcal/ 2.5g	肉じゃが 紫キャベツのサラダ ご飯 みそ汁 漬物 428kcal/ 2.9g	野菜雑炊 スパゲティサラダ 煮豆 梅びしお 457kcal/ 2.5g	彩りつみれと根菜煮 レタスサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 427kcal/ 2.7g
	B (洋食)	ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ イタリアンサラダ クロワッサン コーヒー牛乳 496kcal/ 3.0g	ﾂﾅﾏﾖﾄｰｽﾄ シーザーサラダ ヨーグルト コンソメスープ 434kcal/ 2.7g	ｸﾗﾑﾁｬｳﾀﾞｰ ダイスサラダ 胚芽ロール 野菜ジュース 523kcal/ 2.8g	ﾎｯﾄｹｰｷ 紫キャベツのサラダ フルーチェ (りんご) コーンスープ 489kcal/ 2.6g	ﾎﾄﾌ スパゲティサラダ 食パン ヨーグルト 512kcal/ 2.9g	厚切りﾊﾞｰｼﾞｮと春野菜ｼﾞｬｰ レタスサラダ レーズンパン りんごジュース 492kcal/ 2.6g
昼食	A	筑前煮 菜の花の辛子和え ひじき煮 ご飯 みそ汁 パイン缶 532kcal/ 2.8g	豚肉と茸の甘味噌炒め 隠元ピーナツ和え 里芋のそぼろ餡かけ ご飯 清まし汁 マスカットゼリー 538kcal/ 3.2g	赤魚の粕漬焼 メカブの和え物 白菜の煮浸し ご飯 みそ汁 みかん缶 521kcal/ 3.0g	① 牛メンチカツ もやしのマリネ さつまいも蜜煮 ご飯 みそ汁 いちごゼリー 625kcal / 3.2g	しいらの胡麻焼き 山くらげともやしの和え物 薩摩揚げの煮物 ご飯 清まし汁 黄桃缶 563kcal/ 3.3g	鶏肉のトマト煮込み ﾌﾞｯｼﾞｰとｶﾗﾌﾞｰﾗﾞﾞ ほうれん草のソテー ご飯 コンソメスープ コーヒーゼリー 613kcal/ 3.2g
	B	♪旬菜月間 今月は新茶を味わう茶蕎麦を提供いたします。 旅行メニューも今後再開致します。どうぞご賞味ください!			② 豚骨ラーメン もやしのマリネ さつまいも蜜煮 いちごゼリー 613kcal/ 3.8g	← ①か②をご選択 ください	
夕食	A	豆腐ハンバーグ 蒲鉾と胡瓜の酢の物 筍のおかか煮 ご飯 清まし汁 469kcal/ 3.2g	ほきのパン粉焼き パプリカの和え物 蕪と人参のｶｰﾌﾞ風味煮 ご飯 パンプキンスープ 514kcal/ 3.1g	エビ団子の彩野菜炒め 青梗菜の中華和え 水餃子 ご飯 わかめスープ 425kcal/ 3.5g	さんまみぞれ煮 長芋の海苔和え しぎ茄子 ご飯 清まし汁 462kcal/ 2.8g	長葱と豚の塩糍炒め おくら納豆 ピーマン蓮根の金平 ご飯 みそ汁 526kcal/ 3.1g	鯖の味噌漬け焼き ハムと水菜のサラダ 温奴 (柚子餡) ご飯 清まし汁 497kcal/ 2.9g



●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分



今週の献立

5月7日

~ 5月13日



号室



様

		5/7(日)	5/8(月)	5/9(火)	5/10(水)	5/11(木)	5/12(金)	5/13(土)
朝食	A (和食)	魚河岸揚げの煮物 イタリアンサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 417kcal/ 2.3g	玉子の和風餡かけ ポテトサラダ ご飯 みそ汁 漬物 370kcal/ 2.7g	ごぼう巻き含め煮 ハムサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 428kcal/ 2.8g	ほきの塩焼き チーズサラダ ご飯 みそ汁 漬物 429kcal/ 2.5g	挽肉と野菜の炒め物 オーロラサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 359kcal/ 2.3g	枝豆入ふんわり天煮 オニオンサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 451kcal/ 2.5g	納豆&卵の花 コールスローサラダ ご飯 みそ汁 漬物 430kcal/ 2.8g
	B (洋食)	真沢山クリームチーズ イタリアンサラダ コーンパン ブルーベリーヨーグルト 428kcal/ 2.8g	野菜とベーコン炒め ポテトサラダ 食パン 野菜ジュース 496kcal/ 3.0g	リゾット ハムサラダ フルーチェ (パイン) コンソメスープ 518kcal/ 2.8g	海老団子入生姜煮 チーズサラダ クロワッサン りんごジュース 467kcal/ 2.5g	サンドイッチ (ツナ) オーロラサラダ フルーチェ (いちご) パンプキンスープ 494kcal/ 2.7g	ラザニア風 オニオンサラダ ロールパン コーヒー牛乳 559kcal/ 2.9g	ミネストローネ コールスローサラダ 胚芽ロール 飲むヨーグルト 467kcal/ 2.5g
昼食	A	銀ヒラスのレモン焼き 茸の和え物 パプリカと玉葱のソテー ご飯 みそ汁 みかん缶 614kcal/ 2.8g	油淋鶏 かにかまサラダ ザーサイ炒め ご飯 中華スープ フルーツ杏仁 572kcal/ 2.9g	鮭の幽庵焼き なめ茸の和え物 車麩甘辛炒め ご飯 みそ汁 人形焼き 534kcal/ 2.8g	旅行気分in名古屋 ① 味噌カツ ひじきサラダ 大根と椎茸の煮物 ご飯 清まし汁 抹茶ゼリー 571kcal/ 3.6g	鰯の煮つけ 豆苗ともやし和え 里芋の煮物 ご飯 赤出汁 黄桃缶 459kcal/ 3.1g	ベーコンと野菜のピラフ アボカドのサラダ じゃが芋のダブル炒め ご飯 コンソメスープ ミニケーキ 541kcal/ 3.4g	鰯の西京焼き 冷奴 菜の花の煮浸し ご飯 清まし汁 ピーチゼリー 555kcal/ 2.8g
	B				② 名古屋風さしめん ひじきサラダ 大根と椎茸の煮物 抹茶ゼリー 631kcal/ 3.6g	← ①か②をご選択 ください		
夕食		家常豆腐 青菜と湯葉の和え物 冬瓜の胡麻煮 ご飯 中華白湯スープ 599kcal/ 2.8g	鰯の木の芽焼き もずく酢 がんも含め煮 ご飯 みそ汁 459kcal/ 3.1g	牛肉のしぐれ煮風 オクラの梅和え 白滝のたらこ炒め ご飯 清まし汁 514kcal/ 3.1g	鰯の生姜煮 ほうれん草の白和え 蒟蒻と薄揚げの炒り煮 ご飯 みそ汁 494kcal/ 3.1g	豚肉の生姜焼き 旨辛白菜胡瓜和え かぶとホタテとろみ煮 ご飯 清まし汁 589kcal/ 3.1g	メバルの野菜餡かけ 蒸し茄子ゆず味噌外 蓮根椎茸煮 ご飯 みそ汁 538kcal/ 2.9g	鶏のバター醤油焼き 海藻サラダ キャベツとツナの煮物 ご飯 みそ汁 534kcal/ 2.9g

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。
●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分



今週の献立 5月14日 ~ 5月20日



号室



様

		5/14(日)	5/15(月)	5/16(火)	5/17(水)	5/18(木)	5/19(金)	5/20(土)
朝食	A (和食)	ホッケの塩焼き グリーンサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 430kcal/ 2.8g	肉詰いなりの煮物 シーザーサラダ ご飯 みそ汁 漬物 453kcal/ 2.2g	豆腐の野菜餡かけ 花野菜サラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 428kcal/ 2.8g	がんもの煮物 スパゲティサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 434kcal/ 2.9g	納豆&卵の花 ひじきサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 451kcal/ 2.5g	ミニ厚揚げ炒め物 オニオンサラダ ご飯 みそ汁 漬物 417kcal/ 2.3g	つみれの旨煮 コールスローサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 427kcal/ 2.7g
	B (洋食)	リヨネーズポテト グリーンサラダ レーズンロール 豆乳ｽｰﾌﾟ 414kcal/ 2.2g	グラタン シーザーサラダ ごまロール 野菜ジュース 559kcal/ 2.9g	マヨコントースト 花野菜サラダ フルーチェ (みかん) パンブキンｽｰﾌﾟ 494kcal/ 2.7g	薩摩芋のオープン焼き スパゲティサラダ 食パン 飲むヨーグルト 464kcal/ 2.5g	ラタトゥイユ ひじきサラダ ロールパン コーヒー牛乳 428kcal/ 2.8g	具沢山クリームｽｰﾌﾟ オニオンサラダ 胚芽ロール フルーチェ (ピーチ) 467kcal/ 2.5g	サンドイッチ (ツナ) コールスローサラダ ヨーグルト りんごジュース 489kcal/ 2.9g
昼食	A	肉団子の甘酢あん 山くらげのもやし和え 木耳と炒り玉子の野菜炒め ご飯 わかめｽｰﾌﾟ パイン缶 563kcal/ 3.3g	鱈のネギ味噌焼き 蓮根の辛子和え 人参と笹かまの切昆布煮 十六穀米 清まし汁 餡ﾄｰﾅｯﾄﾞ 581kcal/ 2.6g	ビーフカレー コーンサラダ チーズボール ターメリックライス コンソメｽｰﾌﾟ ぶどうゼリー 641kcal/ 3.1g	① アジフライ アボカドサラダ ｱｽﾞﾏﾞとｳｲﾝﾅｰの炒め物 ご飯 清まし汁 黄桃缶 625kcal / 3.2g	豚肉と木耳の中華炒め モロヘイヤの和え物 春巻き ご飯 中華白湯ｽｰﾌﾟ ﾌﾙｰﾂ杏仁 549kcal/ 2.7g	海鮮塩焼きそば 旨辛胡瓜和え ミニグリルチキン けんちん汁 いちごゼリー 580kcal/ 3.0g	麻婆茄子 青梗菜の香味和え かに焼売 ご飯 中華ｽｰﾌﾟ みかん缶 593kcal/ 3.0g
	B				② きつねうどん アボカドサラダ ｱｽﾞﾏﾞとｳｲﾝﾅｰの炒め物 黄桃缶 511kcal/ 3.2g	← ①か②をご選択 ください		
夕食	A	赤魚の煮つけ なめ茸おろし にらとさつま揚げの塩金平 ご飯 みそ汁 462kcal/ 2.8g	豚肉のｺﾝﾐｯｸﾞ醤油炒め しらすとキャベツの和え物 切干大根煮 ご飯 みそ汁 513kcal/ 3.0g	鮭のみぞれ煮 蕪と水菜の明太和え 筍の土佐煮 ご飯 清まし汁 532kcal/ 2.8g	鶏の照り焼き 人参のくるみ and え ごぼうと椎茸の旨煮 ご飯 みそ汁 513kcal/ 3.0g		ほきの利休焼き 菜の花の山葵和え 竹輪の海苔風味炒め ご飯 清まし汁 513kcal/ 3.0g	ミートローフ パプリカのマリネ ハムと茸のソテー ご飯 コンソメｽｰﾌﾟ 581kcal/ 3.0g



●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分

		5/21(日)	5/22(月)	5/23(火)	5/24(水)	5/25(木)	5/26(金)	5/27(土)
朝食	A (和食)	車麩と野菜炒め オーロラサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 408kcal/ 2.8g	ホッケの塩焼き 南瓜サラダ ご飯 みそ汁 漬物 430kcal/ 2.8g	魚河岸揚げの煮物 フレンチサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 439kcal/ 2.4g	肉野菜炒め レタスサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 419kcal/ 2.3g	信田煮 マカロニサラダ ご飯 みそ汁 昆布佃煮 418kcal/ 2.7g	ほぐし鮭入雑炊 ごぼうサラダ 煮豆 のり佃煮 421kcal/ 2.5g	竹輪大根照り煮 花野菜サラダ ご飯 みそ汁 漬物 407kcal/ 2.5g
	B (洋食)	ほうれん草ハムステーキ オーロラサラダ レーズンロール コンソメスープ 492kcal/ 2.6g	肉団子甘辛炒め 南瓜サラダ 食パン 飲むヨーグルト 456kcal/ 2.7g	じゃが芋のチーズ焼き フレンチサラダ クロワッサン 野菜ジュース 464kcal/ 2.5g	オニオンツナトースト レタスサラダ フルーチェ (パイন) コーンスープ 522kcal/ 3.2g	ホットケーキ マカロニサラダ ブルーベリーヨーグルト 豆乳のスープ 489kcal/ 2.6g	ハッシュドポテト&ウイキ ごぼうサラダ 胚芽ロール りんごジュース 506kcal/ 3.1g	ハムマヨトースト 花野菜サラダ フルーチェ (ピーチ) ミルクスープ 523kcal/ 3.0g
昼食	A	しいらの彩り館かけ とろろ 蓮根金平 麦飯 みそ汁 メロンゼリー 554kcal/ 3.2g	ヒレカツ (三元豚) もずく酢 冬瓜の和風煮 ご飯 清まし汁 パイん缶 536kcal/ 3.0g	鮭のパン粉焼き 隠元の胡麻和え コブサラダ ご飯 みそ汁 マスカットゼリー 595kcal/ 3.5g	スパゲティミートソース イタリアンサラダ 春野菜とパスタのガーリック炒め コンソメスープ バウムクーヘン 637kcal/ 3.1g	新茶フェア 茶蕎麦 新玉葱の酢の物 茶碗蒸し 助六寿司 抹茶のデザート 618kcal/ 3.2g	カレーピラフ キャベツとチーズのサラダ 野菜のトマト煮 グリーンポタージュ レモンゼリー 637kcal/ 3.1g	鱈田ポン酢外かけ 人参サラダ 里芋ゆず味噌だれ ご飯 清まし汁 黄桃缶 541kcal/ 3.2g
	B				 助六寿司 巻寿司 2 稲荷 2			
夕食	A	八宝菜 チョレギサラダ 竹輪と茸の中華炒め ご飯 わかめスープ 541kcal/ 3.4g	メバルの煮つけ ひじきのマヨ和え 蒸し野菜サラダ ご飯 みそ汁 538kcal/ 2.9g	肉豆腐 春雨の胡麻酢和え ぜんまいの煮物 ご飯 清まし汁 572kcal/ 2.9g	ぶり照り煮 キャベツとしらすの葱塩和え しぎ茄子 ご飯 清まし汁 512kcal/ 2.9g	鶏肉のバークレー焼き 大根の大葉和え 卵の花 ご飯 みそ汁 547kcal/ 2.8g	ほぎ金山味噌焼き メカブの酢の物 ミニ厚揚げの煮物 ご飯 清まし汁 568kcal/ 3.0g	牛肉甘辛炒め 胡瓜とワカメのナムル ビーフン炒め ご飯 中華スープ 534kcal/ 2.9g

●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。

●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。

エネルギー / 塩分



		5/28(日)	5/29(月)	5/30(火)	5/31(水)		
朝食	A (和食)	五目巾着の煮物 グリーンサラダ ご飯 みそ汁 ふりかけ 428kcal/ 2.9g	枝豆入ふんわり天煮 たまごサラダ ご飯 みそ汁 漬物 439kcal/ 2.4g	納豆&肉団子照り煮 コーンサラダ ご飯 みそ汁 梅びしお 426kcal/ 2.5g	車麩と野菜炒め ポテトサラダ ご飯 みそ汁 のり佃煮 468kcal/ 2.5g		
	B (洋食)	蒸し鶏と野菜煮込み グリーンサラダ ロールパン 野菜ジュース 457kcal/ 2.7g	野菜とツナのソテー たまごサラダ 食パン コーヒー牛乳 478kcal/ 2.9g	ほうれん草クリーム煮 コーンサラダ レーズンロール りんごジュース 467kcal/ 2.5g	彩りつみれ白湯スープ ポテトサラダ 胚芽ロール ヨーグルト 458kcal/ 2.9g		
昼食	A	ソース焼きそば アボカドサラダ 薩摩芋オレンジ煮 コンソメスープ コーヒーゼリー 582kcal/ 3.3g	① 鶏のから揚げ 冷製ラタトゥイユ マカロニのパペロンチーノ風 ご飯 清まし汁 パイナップル 645kcal/ 2.8g	かき揚げ丼 もずくの酢の物 竹輪とピ-マの金平 みそ汁 蒸し饅頭 571kcal/ 3.6g	豚肉の生姜焼き 大根の梅肉和え 青菜と湯葉の煮浸し ご飯 みそ汁 ぶどうゼリー 581kcal/ 3.0g		
	B		② 味噌ラーメン 冷製ラタトゥイユ マカロニのパペロンチーノ風 パイナップル 573kcal/ 3.8g	← ①か②をご選択 ください			
夕食	A	カレイのバター醤油焼き 長芋わさび和え 舞茸と菜の花のソテー ご飯 みそ汁 555kcal/ 2.8g	和風豆腐ハンバーグ オクラとなめこの和え物 茄子の揚げびたし ご飯 赤出汁 583kcal/ 2.8g	牛皿 紫キャベツのおろし和え 海老団子の煮物 ご飯 清まし汁 524kcal/ 3.1g	絆のムニエル キャベツ粒マスタード和え 蕪のカレー風味煮 ご飯 コンソメスープ 563kcal/ 3.3g		



●仕入れの都合により、献立・食材が変更になる場合があります。ご了承下さい。
●献立にはエネルギーと塩分を記載しています。