



# 5月の食事メニュー



|     | 月                                     | 火                                                     | 水                                                  | 木                                               | 金                                                   | 土                                             |
|-----|---------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| 日付  |                                       | 16                                                    | 17                                                 | 18                                              | 19                                                  | 20                                            |
| 行事  |                                       |                                                       |                                                    |                                                 |                                                     |                                               |
| 昼食  |                                       | 麦飯<br>鮭のやまと焼き<br>ほうれん草中華風<br>きのこ汁<br>バナナ              | ご飯<br>白身魚のグリーン揚げ<br>豆腐のごま味噌かけ<br>清汁（蟹かまぼこ）<br>ネーブル | ご飯<br>鶏ミンチの五目蒸し<br>かぼちゃサラダ<br>清汁（卵豆腐）<br>パイン    | 栗飯<br>魚の中華風煮<br>人参のきんぴら<br>ほたて貝柱と卵のスープ<br>ネーブル      | ご飯<br>鶏みそ焼き<br>にがうりのごま酢和え<br>清汁（かまぼこ）<br>ネーブル |
| おやつ |                                       | 黒棒<br>ご飯                                              | 長崎鉄カステラ<br>ご飯                                      | 和菓子<br>ご飯                                       | プリン<br>ご飯                                           | 蒸饅頭<br>ご飯                                     |
| 夕食  |                                       | じゃが芋と鶏肉の煮物<br>スパゲティサラダ<br>むらくも汁                       | 野菜のみそ炒め<br>厚焼き卵<br>清汁（大根葉）                         | 里芋饅頭<br>オクラとえのきごま和え<br>コンソメスープ（玉ねぎ）             | かぼちゃのそぼろあんかけ<br>きのこ大豆サラダ<br>みそ汁（里芋）                 | サーモンのムニエル<br>和風サラダ<br>かに玉スープ                  |
| 日付  | 22                                    | 23                                                    | 24                                                 | 25                                              | 26                                                  | 27                                            |
| 行事  |                                       |                                                       |                                                    |                                                 |                                                     |                                               |
| 昼食  | ご飯<br>南部焼き<br>炒り豆腐<br>みそ汁（小松菜）<br>パイン | ご飯<br>白身魚のラビゴットソース<br>糸こん炒め煮<br>清汁（ソーメン）<br>フルーツヨーグルト | ご飯<br>中華風ローストチキン<br>梅香和え<br>清汁（焼き麴）<br>キウイフルーツ     | ご飯<br>鰯のごま照り焼き<br>オクラとひじきのしそ和え<br>赤だしわかめ<br>バナナ | ご飯<br>鶏肉タルタルソースかけ<br>菜の花の辛子みそ和え<br>清汁（しいたけ）<br>ネーブル | ご飯<br>豚肉の変わり揚げ<br>大豆サラダ<br>卵スープ<br>パイン        |
| おやつ | 蒸饅頭<br>ご飯                             | 蒸饅頭<br>ご飯                                             | 蒸饅頭<br>ご飯                                          | 蒸饅頭<br>ご飯                                       | 蒸饅頭<br>ご飯                                           | 蒸饅頭<br>ご飯                                     |
| 夕食  | 揚げなすのそぼろあん<br>凉拌三絲<br>かき玉汁            | クリームシチュー<br>人参りんごサラダ<br>清汁（しいたけ）                      | 鰯のおろし煮<br>ピーマン炒り煮<br>けんちん汁（里芋）                     | 豚肉しそ焼き<br>さつま芋とりんごの重ね煮<br>清汁（もずく）               | 鰯の塩焼き<br>キャベツのみそマヨネーズかけ<br>清汁（卵豆腐菜の花）               | 鮭の照り焼き<br>ほうれん草のおひたし<br>清汁（かまぼこ）              |
| 日付  | 29                                    | 30                                                    | 31                                                 |                                                 |                                                     |                                               |
| 行事  |                                       |                                                       |                                                    |                                                 |                                                     |                                               |
| 昼食  | 三色丼<br>きゅうりの中華風酢の物<br>清汁（もずく）<br>パイン  | ご飯<br>紅鮭のマヨネーズ焼き<br>ところてんサラダ<br>清汁（焼き麴）<br>ネーブル       | ご飯<br>菜種焼き<br>なます<br>清汁（もずく）<br>キウイフルーツ            |                                                 |                                                     |                                               |
| おやつ | 蒸饅頭<br>ご飯                             | 蒸饅頭<br>栗飯                                             | 蒸饅頭<br>ご飯                                          |                                                 |                                                     |                                               |
| 夕食  | 香味焼き<br>和風サラダ<br>人参スープ                | ピーマンの肉詰め煮<br>キムチ和え<br>五目汁                             | 肉じゃが<br>鶏レバー生姜煮<br>みそ汁（かぼちゃ）                       |                                                 |                                                     |                                               |

※仕入れ等の都合により、予告なくメニューが変更になる場合がございます。  
 ※利用者様個人のアレルギー・嗜好を考慮しメニューを変更する場合がございます。