

# 5月 特養献立表

寝屋川十字の園

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	1日						
朝食	味噌おじや 大白花豆						
昼食	赤飯 カレイの塩焼き 菜の花お浸し のっぺい汁						
夕食	肉うどん 里芋の煮っころがし カルピスゼリー						
カロリー	863 kcal						
日付	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
朝食	五目粥 南瓜煮つけ(朝)	梅粥 白菜漬	白粥 麩の卵とじ 刻きゅうり漬	いもあんぱん ヨーグルト コーヒー牛乳	茶粥 さつま芋の甘煮(朝) 梅干し	ロールパン ポテトサラダ ジャム	玉子粥 ごま昆布
昼食	サンドイッチ ジャーマンポテト ミルクティー	ごはん 焼肉 拌三絲 たまごスープ	炊き込みご飯 鮭の塩焼き ほうれん草のおかかあえ 味噌汁(とうふ・なめこ)	オムライス スパゲティサラダ コンソメスープ	ごはん 鯖の味噌煮 ○ 切干大根 けんちん汁	ごはん 鶏のごま酢煮 白菜和え物 吸物(花ふ)	ごはん カレイの揚げ浸し おから 味噌汁(キャベツ・しめじ)
夕食	ごはん 肉豆腐 小松菜浸し 白桃缶	ごはん 鯖のマヨネーズ焼き きゃべつの煮浸し キウイ	ごはん ロールキャベツ(コンソメ) ごぼうサラダ 洋梨缶	ごはん かつおのたたき 炊き合わせ 茶碗蒸し	ごはん 豚肉のバター醤油炒め ひじき豆 フルーツカクテル缶	みそラーメン チンゲン菜ソテー コーヒームース	ごはん すき焼き 春菊ピーナツ和え 黄桃缶
カロリー	1114 kcal	1032 kcal	1187 kcal	1375 kcal	1197 kcal	1284 kcal	1190 kcal
日付	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
朝食	味噌おじや 金時豆	五目粥 イワシかつお煮	白粥 きゃべつの煮びたし(朝) のり佃煮	クリームパン ヨーグルト ココア	白粥 大根煮つけ(朝) しその実漬け	黒糖ロールパン スクランブルエッグ ジャム	梅粥 だし巻き玉子
昼食	ストロベリーツイスト クリームシチュー キャベツソテー 紅茶	カレーライス 大豆サラダ フルーツヨーグルト	ごはん チキン南蛮 きゅうりサラダ 味噌汁(なす)	ごはん 赤魚の野菜あんかけ 白和え 素麺汁	ごはん ハンバーグ かぼちゃサラダ コーンスープ	チャーハン(焼き豚) 焼き餃子 わかめスープ	ごはん 野菜炒め マカロニサラダ 味噌汁(さつまいも)
夕食	ごはん あじの塩焼き ほうれん草のごま和え ○ 甘夏缶	ごはん ほっけの照焼 高野豆腐の卵とじ オレンジ	ごはん 鯖の香り煮 菜の花辛子和え 白桃缶	ごはん グラタン キャベツのスープ煮 バナナ	ごはん 鯖の塩こうじ焼 白菜煮浸し パイナップル	ごはん 牛肉と大根の旨煮 チンゲン菜の胡麻和え みかん缶	鶏卵うどん 大根煮物 小豆寒天
カロリー	1135 kcal	1358 kcal	1399 kcal	1435 kcal	1358 kcal	1141 kcal	1082 kcal

# 5月 特養献立表

寝屋川十字の園

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
朝食	玉子粥 里芋の煮物(朝)	味噌おじや 大青花豆	白粥 豆腐のなめこ煮(朝) かつおでんぶ	こしあんパン ヨーグルト コーヒー牛乳	芋粥 がんと煮つけ(朝) 桜漬け	ロールパン ミルクスープ ジャム	五目粥 チンゲン菜の煮浸し(朝)
昼食	トースト スクランブルエッグ じゃがいものスープ煮 ミルクティー	ごはん 豚の生姜焼き きんぴらごぼう 味噌汁(かぼちゃ)	ごはん さけのパン粉焼き トマトサラダ グリーンピースのスープ	ごはん 鶏のピカタ ブロッコリーのサラダ 野菜スープ	ごはん カレイの煮つけ ひじき豆 味噌汁(麩)	散らし寿司 南瓜煮つけ 赤だし(豆腐)	ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ 中華風コーンスープ
夕食	ごはん 旨煮 五目豆 洋梨缶	ごはん 赤魚の煮つけ 焼きビーフン デザートムース	ごはん 筑前煮 ほうれん草ピーナツ和え パイナップル	ひつまぶし 胡瓜とちくわのゴマみそ酢 メロン	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ 小松菜わさび和え フルーツカクテル缶	ごはん 炒り鶏 菜の花お浸し キウイ	とろろそば じゃがいものそぼろ煮 牛乳プリン
カロリー	1256 kcal	1250 kcal	1305 kcal	1234 kcal	1115 kcal	1071 kcal	1241 kcal
日付	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
朝食	梅粥 だし巻き玉子	玉子粥 イワシの梅煮	白粥 茄子の煮物(朝) 刻きゅうり漬	マロンファンシー ヨーグルト ココア	茶粥 さつま芋の甘煮(朝) 梅干し	黒糖食パン たまごサラダ ジャム	味噌おじや 金時豆
昼食	ホワイミルク ビーフシチュー サラダ(キャベツ・ゴマドレ) バナナミルク	ごはん 鯆の南蛮漬け チンゲン菜のなめ茸和え 味噌汁(素麺)	ハヤシライス チキンサラダ フルーツポンチ	木の葉丼 切干大根 呉汁	ごはん 八宝菜 えびシュウマイ 春雨スープ	ごはん カレイの野菜のせ スパゲティサラダ 人参スープ	ごはん 鶏の照焼 いんげんの和え物 むらくも汁
夕食	ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草のおかかあえ 黄桃缶	ごはん コロッセ 春雨サラダ オレンジ	ごはん 鰯の蒲焼 キャベツの和え物 びわ	ごはん 豚肉と大葉のソテー 菜の花お浸し 甘夏缶	ごはん ほっけの塩焼き じゃが芋の金平 白桃缶	焼きそば ブロッコリーのサラダ デザートムース	ごはん 鮭の塩焼き 豆腐の野菜あんかけ パイン缶
カロリー	1204 kcal	1540 kcal	1162 kcal	1426 kcal	1086 kcal	1087 kcal	1145 kcal
日付	30日	31日					
朝食	五目粥 里芋の煮物(朝)	梅粥 だし巻き玉子					
昼食	フレンチトースト○ ポテトサラダ コーヒー牛乳	ごはん 肉じゃが ほうれん草くるみあえ 味噌汁(たまご)					
夕食	ごはん 肉豆腐 チンゲン菜の胡麻和え みかん缶	ごはん 白身魚のカレームニエル きゅうりのサラダ 洋梨缶					