

2023年5月



山水園 献立表



	5月1日(月)	5月2日(火)	5月3日(水)	5月4日(木)	5月5日(金)	5月6日(土)	5月7日(日)
朝食	食パン ウインナーと野菜のトマト煮 しろ菜のくるみ和え カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げ 小松菜のお浸し みそ汁(さつま芋・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 納豆 野菜炒め みそ汁(畑菜・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 がんもと里芋の煮物 温泉卵 みそ汁(冬瓜・しいたけ) カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め ほうれん草のお浸し みそ汁(白菜・えのき) カルシウム牛乳	御飯 さばの塩焼き ブロッコリーのポン酢和え みそ汁(里芋・若布) カルシウム牛乳	御飯 黒酢団子 白菜のからし和え みそ汁(もやし・かぶ葉) カルシウム牛乳
昼食	御飯 白身魚のマスタード焼き もやしのポン酢和え みそ汁(おつゆ麩・長葱) フルーツ缶(黄桃)	御飯 肉豆腐 ふきと竹の子の煮物 みそ汁(かぶ・貝割れ) フルーツ缶(りんご)	御飯 八宝菜 春雨サラダ 中華スープ(わかめ・玉葱) フルーツ缶(パイナップル)	御飯 鶏肉の葱塩焼き 青梗菜のごま醤油和え みそ汁(大根・大根葉) フルーツ缶(マンゴー)	【端午の節句】 たけのこ御飯 めばるの菜種焼き 切干大根の炒め物 みそ汁(おつゆ麩・豆苗) フルーツ缶(カクテル)	御飯 鶏肉のみぞれ煮 かぶのカニあんかけ みそ汁(しめじ・葱) フルーツ(オレンジ)	御飯 白身魚の山椒焼き ひじきの五目煮 みそ汁(玉葱・うずまき麩) フルーツ缶(洋梨)
おやつ	レモンケーキ	今川焼き	グレープゼリー	どら焼き	練り切り	ロールケーキ	マドレーヌ
夕食	御飯 鶏肉の玉葱ソース なすとピーマンの炒め物 みそ汁(キャベツ・油揚げ)	御飯 華風卵焼き カリフラワーの和え物 みそ汁(もやし・豆苗)	麦ご飯 白身魚の揚げ浸し きざみ昆布の炒り煮 みそ汁(じゃが芋・葱)	御飯 さわらの生姜煮 ごぼうの甘辛炒め みそ汁(豆腐・水菜)	御飯 ポークステーキ 春キャベツのコールスロー お吸物(はんぺん・貝割れ)	御飯 豆腐チャンプル ほうれん草のピーナッツ和え みそ汁(南瓜・絹さや)	御飯 親子煮 春雨サラダ みそ汁(キャベツ・油揚げ)

山水園

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)	5月14日(日)
朝食	御飯 ベーコンと野菜の炒め ツナと青梗菜の和え物 みそ汁(大根・若布) カルシウム牛乳	御飯 鶏肉と大根の煮物 たまごサラダ みそ汁(ほうれん草・うずまさ麩) カルシウム牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 小松菜の和え物 みそ汁(玉葱・若布) カルシウム牛乳	御飯 いわしの蒲焼き 菜の花のお浸し みそ汁(白菜・しめじ) カルシウム牛乳	御飯 ウインナーソテー 青菜のおかか和え みそ汁(畑菜・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 がんもの煮物 いんげんのごまマヨネーズ和え みそ汁(さつま芋・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 竹輪とピーマンの炒り煮 ほうれん草の和え物 みそ汁(白菜・しめじ) カルシウム牛乳
昼食	御飯 ハンバーグ カリフラワーのピクルス コンソメスープ(アスパラ・白アスパラ) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 さわらの塩麴焼き 冬瓜のくず煮 みそ汁(おつゆ麩・大根葉) フルーツ缶(パイン)	麦ご飯 牛肉とごぼうのしぐれ煮 長芋とろろ みそ汁(じゃが芋・いんげん) フルーツ缶(黄桃)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き かぼちゃサラダ コンソメスープ(マッシュルーム・レタス) フルーツ缶(りんご)	五目ラーメン 焼き餃子 フルーツ缶(白桃)	御飯 豚肉の胡麻しょうゆ炒め もやしのナムル 中華スープ(春雨・貝割れ) フルーツ缶(マンゴー)	🌸母の日🌸 御飯 さばの味噌煮 れんこんきんぴら お吸物(素麺・豆苗) フルーツ缶(洋梨)
おやつ	黒糖まんじゅう	いちごフルーチェ	和のパンケーキ	ようかん	今川焼きカスタード	プリン	練り切り
夕食	御飯 海老と厚揚げの旨煮 小松菜の中華和え みそ汁(さつま芋・大根葉)	御飯 豚肉の生姜焼き ブロッコリーの和え物 みそ汁(畑菜・えのき)	御飯 白身魚のフライ もやしの和風サラダ みそ汁(豆腐・ねぎ)	御飯 和風卵焼き 青梗菜の煮浸し みそ汁(もやし・油揚げ)	御飯 カレーの煮付け ごぼうのピリ辛炒め みそ汁(玉葱・なめこ)	御飯 さわらの漬け焼き なすとピーマンの炒め物 お吸物(かぶ・かぶ葉)	御飯 鶏肉の竜田揚げ じゃが芋の含め煮 みそ汁(里芋・絹さや)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	5月15日(月)	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)	5月21日(日)
朝食	御飯 ミートボール 小松菜のピーナッツ和え みそ汁(玉葱・じゃが芋) カルシウム牛乳	ロールパン2種 じゃが芋のコンソメ煮 大根のドレッシング和え カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げの甘辛煮 白菜の塩昆布和え みそ汁(南瓜・葱) カルシウム牛乳	御飯 炒り豆腐 いんげんのごま醤油和え みそ汁(わかめ・白菜) カルシウム牛乳	御飯 厚焼き玉子 なすの和風サラダ みそ汁(えのき・水菜) カルシウム牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 オクラの生姜和え みそ汁(さつま芋・葱) カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め ほうれん草のごま和え みそ汁(もやし・かぶの葉) カルシウム牛乳
昼食	御飯 ポークカレー サラダ 香の物(福神漬・らっきょう) フルーツ缶(りんご)	御飯 肉豆腐 菜の花のからし和え みそ汁(冬瓜・椎茸) フルーツ缶(パイナップル)	御飯 フライ盛り合わせ 冬瓜の信田煮 みそ汁(しろ菜・おつゆ麩) フルーツ缶(カクテル)	御飯 松風焼き 里芋の煮物 お吸物(はんぺん・貝割れ) フルーツ(オレンジ)	【福井県 郷土料理】 焼き鯖のちらし寿司 卵の花炒め おおびら フルーツ缶(りんご)	御飯 チキンチャップ スパゲティサラダ コンソメスープ(レタス・コーン) フルーツ(キウイ)	御飯 銀ひらすのバター醤油焼き ふきと高野豆腐の含め煮 みそ汁(里芋・豆苗) フルーツ缶(黄桃)
おやつ	ココアワッフル	カフェオレゼリー	ドームケーキカスタード	たい焼き	味噌まんじゅう	蒸しパン	抹茶ワッフル
夕食	御飯 豆腐ハンバーグ 春キャベツのゆかり和え みそ汁(おつゆ麩・大根葉)	御飯 めぬけのみりん焼き ひじきの煮物 みそ汁(オクラ・えのき)	御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き ツナサラダ みそ汁(茄子・豆苗)	御飯 あじの七味焼き ふきと油揚げの煮物 みそ汁(じゃが芋・大根葉)	御飯 鶏肉の柚子風味炒め マカロニサラダ みそ汁(キャベツ・豆苗)	御飯 白身魚のみぞれ煮 なすのみそ炒め お吸物(豆腐・貝割れ)	御飯 メンチカツ アスパラサラダ みそ汁(南瓜・絹さや)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)	5月28日(日)
朝食	御飯 がんもの煮物 青梗菜のお浸し みそ汁(玉葱・うずまき麩) カルシウム牛乳	御飯 肉団子 オクラのなめたけ和え みそ汁(大根・大根葉) カルシウム牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 春菊の和え物 みそ汁(キャベツ・若布) カルシウム牛乳	御飯 いわしの蒲焼き 大根のごま醤油和え みそ汁(玉葱・椎茸) カルシウム牛乳	御飯 納豆 しろ菜とさつま揚げの煮浸し みそ汁(じゃが芋・みつ葉) カルシウム牛乳	御飯 和風オムレツ ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁(玉葱・なめこ) カルシウム牛乳	御飯 魚肉ソーセージとピーマンの炒め煮 ほうれん草と蒲鉾の和え物 みそ汁(もやし・にら) カルシウム牛乳
昼食	麦ご飯 鶏肉の柚子しょうゆソース ごぼうの炒り煮 みそ汁(冬瓜・かぶ葉) フルーツ缶(白桃)	御飯 あじの漬け焼き 厚揚げのくず煮 みそ汁(さつま芋・葱) フルーツ缶(パイナップル)	御飯 五目中華炒め 焼きビーフン 中華スープ(青梗菜・コーン) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 ホキのトマトソースかけ さつま芋サラダ コンソメスープ(人参・レタス) フルーツ(オレンジ)	スパゲティミートソース ブロッコリーサラダ ピーチゼリー	御飯 さわらの西京焼き 切干大根の炒め煮 若竹汁 フルーツ缶(りんご)	御飯 銀ひらすの照り焼き かぶときゅうりの酢の物 みそ汁(うまい菜・椎茸) フルーツ缶(カクテル)
おやつ	チョコクレープ	モカスイスロール	ウエハース	レアチーズ風ムース	静岡茶お茶プリン	黒糖まんじゅう	おせんべい
夕食	御飯 めばるの生姜煮 豚肉と大根の炒め物 みそ汁(しろ菜・若布)	御飯 回鍋肉 春雨サラダ みそ汁(もやし・水菜)	御飯 さばの煮付け ほうれん草の和え物 みそ汁(小松菜・油揚げ)	御飯 鶏肉の塩麩焼き コールスローサラダ みそ汁(豆腐・しめじ)	御飯 干草焼き 冬瓜の土佐煮 みそ汁(うまい菜・白菜)	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め ひじきのサラダ みそ汁(キャベツ・えのき)	御飯 揚げ鶏のタルタルソース 青じそサラダ お吸物(小花麩・菜の花)

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。



	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)	1月0日(土)
朝食	御飯 里芋と角天の含め煮 オクラのお浸し みそ汁（南瓜・葱） カルシウム牛乳	御飯 ウィンナーと野菜の炒め物 いんげんのピーナッツ和え みそ汁（さつま芋・玉葱） カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと白菜の治部煮 もやしと若布の和え物 みそ汁（キャベツ・大根葉） カルシウム牛乳				
昼食	麦ご飯 豚肉のごま味噌炒め 白菜のナムル 中華スープ（春雨・貝割れ） フルーツ缶（黄桃）	ごまパン・バターロール クリームシチュー フレンチサラダ 杏仁風ムース	御飯 アジの香味焼き ふろふき大根 お吸物（素麺・葱） フルーツ缶（洋梨）				
おやつ	パインゼリー	きみしぐれ	今川焼き	○	○	○	○
夕食	御飯 ぶり大根 もずく酢 みそ汁（卵・三つ葉）	御飯 銀だらの塩焼き なすの揚げ浸し みそ汁（青梗菜・豆腐）	御飯 ミートローフ カリフラワーサラダ みそ汁（ほうれん草・しめじ）				

・ 予定献立表の為、都合により内容を変更する場合があります。