

予定献立表

あすなる (多機能・生活介護)

5月				5月1日(木)	5月2日(金)	5月3日(土)	
昼食				赤飯 コロッケ&白身フライ 胡瓜の酢の物 すまし汁 フルーツ盛り合わせ	オムライス シーザーサラダ コーンスープ 乳酸菌飲料	ごはん 鶏のマーマレード焼き かぶらのくず煮 三度豆のおかか和え みそ汁 ヨーグルト	
カロリー				641Kcal	620Kcal	634Kcal	
	5月4日(日)	5月5日(月)	5月6日(火)	5月7日(水)	5月8日(木)	5月9日(金)	5月10日(土)
昼食	ごはん 親子とじ たけのこの土佐煮 大根なます みそ汁 プリン	五目うどん 山芋のトロツと焼き 冷奴 フルーツ盛り合わせ	キーマカレー ミモザサラダ 福神漬け いちごヨーグルト フルーツ	カルボナーラ 野菜炒め サウザンサラダ コンソメスープ オレンジゼリー	豚バラ塩うどん 出し巻き玉子 もやしのゆかり和え ゼリー フルーツ	ごはん カツとじ レンコンの金平 チンゲン菜のお浸し わかめスープ ゼリー	ごはん 筑前煮 茄子の胡麻風味炒め おくらのおろし和え すまし汁 フルーチェ
カロリー	600Kcal	542Kcal	559Kcal	653Kcal	698Kcal	995Kcal	647Kcal
	5月11日(日)	5月12日(月)	5月13日(火)	5月14日(水)	5月15日(木)	5月16日(金)	5月17日(土)
昼食	ごはん 和風ハンバーグ がんもの煮物 からし菜の辛子醤油和え みそ汁 乳酸菌飲料	行事食 母の日 穴子散らし寿司 炊き合わせ キャベツの塩昆布和え 赤だし ヨーグルト	豚汁うどん かぶらのそぼろあん 白菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	ごはん 豚のパン粉焼き さつまいものレモン煮 もやしの和え物 みそ汁 牛乳プリン	きつねうどん 茄子田楽 菊菜の和え物 フルーツ盛り合わせ	ごはん 和風豆腐ハンバーグ 麩の玉子とじ 胡瓜の酢の物 みそ汁 フルーチェ	ごはん 鶏の梅焼き 小芋の土佐煮 白菜のゆかり和え すまし汁 ゼリー
カロリー	598Kcal	519Kcal	534Kcal	686Kcal	504Kcal	575Kcal	629Kcal
	5月18日(日)	5月19日(月)	5月20日(火)	5月21日(水)	5月22日(木)	5月23日(金)	5月24日(土)
昼食	ごはん 豚の生姜炒め 揚げ茄子の煮物 菜の花のお浸し みそ汁 練りようかん	肉うどん 五目煮豆 やみつき白菜 桃のヨーグルト フルーツ	ごはん アジフライ 冬瓜の水晶煮 三度豆の和え物 中華スープ ゼリー	季節食 鶏南蛮うどん 白菜と竹輪の煮浸し オクラとえのきの梅おかか フルーツ盛り合わせ	散らし寿司 厚揚げ煮 キャベツのしば漬け和え 赤だし プリン	ごま 胡麻だれうどん わけぎと桜エビの醤油炒め 菜の花の生姜和え ゼリー フルーツ	ごはん 鶏のはちみつレモン焼き 野菜炒め フレンチサラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料
カロリー	727Kcal	566Kcal	571Kcal	499Kcal	562Kcal	493Kcal	628Kcal
	5月25日(日)	5月26日(月)	5月27日(火)	5月28日(水)	5月29日(木)	5月30日(金)	5月31日(土)
昼食	ごはん ぶりのもろみ焼き 湯豆腐 マカロニサラダ すまし汁 ヨーグルト	ごはん 千草玉子 南瓜のあんかけ からし菜のわさび醤油和え みそ汁 ゼリー	中華風焼きうどん 揚げ茄子の煮浸し チンゲン菜の和え物 みそ汁 乳酸菌飲料	ごはん チーズハンバーグ ジャーマンポテト ツナサラダ コンソメスープ フルーチェ	ご当地食 島根県 出雲そば風 大根の煮しめ ほうれん草とフキのお浸し フルーツ盛り合わせ	カレーライス シーザーサラダ 福神漬け いちごヨーグルト フルーツ	ごはん 白身魚の野菜あんかけ 高野豆腐の含め煮 さつまいもの和風おかかマヨ和え すまし汁 プリン
カロリー	678Kcal	671Kcal	592Kcal	676Kcal	580Kcal	681Kcal	626Kcal

* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください