

予定献立表

あすなろ(生活介護・多機能)

	5月			6月						
	5月31日(日)	5月4日(月)	5月5日(火)	5月6日(水)	5月7日(木)	5月8日(金)	5月9日(土)			
昼食	ご飯 鶏の治部煮 じゃこのごま炒め ほうれん草のおかか和え すまし汁 プリン								行事食～こどもの日～ 赤飯 鶏のから揚げ 茄子のチーズ焼き みそ汁 プリン フルーツ	ご飯 豚肉のマーレド焼き 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	601kcal								684kcal	649kcal
昼食	ご飯 親子とじ ピーマンの金平 大根なます みそ汁 乳酸菌飲料	焼きそば 菊菜の胡麻和え みそ汁 フルーツ盛り合わせ	ご飯 エビグラタンフライ 蓮根の煮物 うまい菜のお浸し みそ汁 ゼリー	ごま香る豚バラ塩うどん 出し巻き玉子 もやしのゆかり和え ゼリー フルーツ	ご飯 肉豆腐 ウインナー炒め からし菜の錦糸和え みそ汁 抹茶ようかん	五目うどん 山芋と海鮮のトロツと焼き ひじきサラダ フルーツ盛り合わせ	ご飯 筑前煮 なすのごま風味炒め おくらのおろし和え すまし汁 フルーチェ			
カロリー	582kcal	531kcal	605kcal	609kcal	711kcal	559kcal	642kcal			
昼食	ご飯 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 ゼリー	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 乳酸菌飲料	白湯ラーメン シューマイ 白菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	春野菜カレー コールスローサラダ 漬物(福神漬) いちごヨーグルト フルーツ	きつねうどん なす田楽 菊菜のお浸し フルーツ盛り合わせ	ご飯 鶏と野菜の焼き鳥風 麩の玉子とじ(生姜風味) 胡瓜の酢の物 みそ汁 ゼリー	ご飯 めばるの梅焼き 小芋の土佐煮 白菜のレモン和え すまし汁 プリン			
カロリー	621kcal	567kcal	490kcal	660kcal	455kcal	705kcal	554kcal			
昼食	ご飯 鶏肉の磯マヨ焼き 揚げ茄子の煮物 菜の花のお浸し みそ汁 練りようかん	豚汁うどん 五目煮豆 やみつき白菜 桃のヨーグルト フルーツ	ご飯 鱈フライ盛り合わせ 冬瓜の水晶煮 三度豆の和え物 みそ汁 乳酸菌飲料	季節の行事食～ 鶏南蛮そば うまい菜と竹輪の煮浸し おくらの梅おかかかか フルーツ盛り合わせ	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜の煮物 大根のしぼ漬け和え すまし汁 ゼリー	ごまダレうどん 菜の花と桜えびの醤油炒め 白菜の生姜和え フルーツ盛り合わせ	ご飯 ポークピカタ 湯豆腐 柚子胡椒風味マカロニサラダ すまし汁 ヨーグルト			
カロリー	780kcal	507kcal	568kcal	552kcal	641kcal	455kcal	688kcal			
昼食	ご飯 和風オムレツ スパゲティ炒め ポパイサラダ みそ汁 フルーツ	ミートスパゲティ コールスローサラダ コンソメスープ フルーツ盛り合わせ	散らし寿司 揚げなすの煮浸し チンゲン菜の和え物 赤だし ゼリー	ご飯 豚肉のパン粉焼き マカロニ炒め ツナサラダ コンソメスープ フルーチェ	ご当地食～山梨県～ ほうとう風うどん じゃが芋とひじきの煮物 人参と干しぶどうのサラダ フルーツ盛り合わせ	カレーライス シーザーサラダ 漬物(福神漬) いちごヨーグルト フルーツ	ご飯 赤魚の野菜あんかけ 高野豆腐の含め煮 さつまいもの和風サラダ すまし汁 乳酸菌飲料			
カロリー	642kcal	565kcal	623kcal	676kcal	518kcal	681kcal	587kcal			

* 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