

2024年5月 高槻けやきの郷 サ高住 献立表

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付			5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
昼食			赤飯 筑前煮 きゅうりの梅和え キャベツのじゃこ炒め 大根となめこのみそ汁	ごはん 豚肉のみそ炒め 大根とザーサイの和えもの かぼちゃの煮物 白菜としめじのすまし汁	ごはん いわしの梅煮 彩り白和え ちくわとピーマンのきんぴら しいたけとたまねぎのみそ汁	ごはん カレーとり天 切り干し大根のゆかり和え ももプリン なすとしめじのすまし汁	★こどもの日スペシャル★ 大人のお子様ランチプレート (ハンバーグ エビフライ等) プリンアラモード 野菜スープ
夕食			ごはん たらのおろしぼん酢がけ チンゲン菜のからし和え じゃがいもの煮物 豆腐と油揚げのみそ汁	ごはん さばの南蛮漬け ひじきとえだまめのサラダ 蒸し鶏とアスパラのソテー ごぼうとえのきのみそ汁	ごはん サイコロステーキ トマトの中華和え 豆苗のソテー にらとたまごの中華スープ	ごはん ポークチャップ アスパラとパプリカのツナサラダ 粉ふきいも キャベツとウインナーのスープ	ごはん さわらの幽庵焼き ほうれん草とちくわのごま和え 揚げ豆腐の野菜あんかけ なめことわかめのみそ汁
	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日
昼食	★井の日★ 親子丼 きゅうりの塩こんぶ和え ひじきの炒め煮 さといもとごぼうのみそ汁	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 大根サラダ キャベツと油揚げの煮浸し 豆腐となめこのみそ汁	わかめごはん カレイのおろし煮 小松菜のごまドレ和え さといもの煮物 なすともやしのみそ汁	ごはん 八宝菜 きゅうりの中華和え しゅうまい にらとしいたけの中華スープ	ごはん あじの塩焼き 豆と豆乳のサラダ 切り干し大根の煮物 なすとちくわのみそ汁	ごはん 豚バラ大根 カリフラワーのごまぼん酢和え ピーマンのじゃこ炒め じゃがいもとキャベツのみそ汁	★母の日★ 豆ごはんと鮭のおにぎり ほうれん草のお浸し 高野豆腐の炊き合わせ 豚汁
夕食	ごはん 赤魚のホイル焼き風 れんごんのめんたい和え カニクリームコロッケ かにかまとこまつなのすまし汁	ごはん 鮭の香味ソースがけ スナックエンドウのナムル 豚肉とチンゲン菜の炒めもの しいたけとわかめの中華スープ	ごはん 豚肉のカレー煮 アスパラベーコン りんご コーンとえのきのスープ	ごはん 白身魚の天ぷら おくら納豆 わかめとたけのこの煮物 大根となめこのみそ汁	ごはん 鶏肉のみそチーズ焼き 春菊のごま和え スナックエンドウとたまごのソテー さつまいもとえのきのすまし汁	ごはん ひらすのごまみそ焼き 白菜のりりし和え だしまきたまご しめじともやしのすまし汁	ごはん 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのオイマヨ和え キャベツとちくわの塩こんぶ炒め 白菜とれんごんのすまし汁
	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日
昼食	★井の日★ 山かけねぎとろ丼 なすの揚げ浸し ちくわの磯辺揚げ あさりの赤だし	ごはん チキン南蛮 フレッシュサラダ 変わり奴 わかめスープ	たきこみごはん ひじきと野菜の豆腐揚げ ほうれん草のソテー 大根の梅和え 白菜とれんごんのみそ汁	ごはん 鶏肉の野菜炒め 小松菜のわさび和え 五目豆 ちくわとさといものみそ汁	ごはん ぶりの煮つけ 春菊のピーナッツ和え じゃがいもの甘辛煮 たまごえのきのみそ汁	ごはん さわらの梅しそパン粉焼き きのこの炒めもの いんげんの生姜醤油和え なすとにんじんのすまし汁	カレーライス マカロニサラダ みかん缶
夕食	ごはん 肉じゃが じゃこサラダ きのこパプリカの炒めもの キャベツとえのきのみそ汁	ごはん ひらすの照り焼き モロヘイヤのお浸し スナックエンドウの炒めもの じゃがいもとしめじのみそ汁	ごはん いも煮 キャベツの酢みそ和え 卵の花 ごぼうとなすのすまし汁	ごはん カレイの西京焼き きゅうりの酢のもの 豚肉と大根の煮物 さつまいもとしめじのみそ汁	ごはん 豚肉とピーマンのオイスター炒め ほうれん草のごま和え がんもの煮物 大根となめこのみそ汁	ごはん てりたまハンバーグ アスパラのソテー フライドポテト キャベツとコーンのスープ	ごはん めばるの漬け焼き キャベツのおかか和え 小松菜と厚揚げの煮物 ごぼうとしめじのみそ汁
	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日
昼食	★井の日★ 鶏肉の照り焼き丼 切り干し大根のサラダ 白菜とツナの煮浸し じゃがいもとしめじのみそ汁	ごはん チンジャオロース もやしとにらの中華和え 春巻き たまごたまねぎの中華スープ	若菜ごはん さわらの南部だれ 小松菜のりりし和え さといもの煮ころがし なめことわかめのみそ汁	ごはん みそおでん風煮物 トマトのじゃこドレッシング和え きんぴらごぼう じゃがいもとしめじのみそ汁	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き えだまめの和風サラダ コーンコロッケ さといもたまねぎのみそ汁	ごはん えびのチリソースがけ 春雨サラダ 水餃子 にらとしいたけの中華スープ	塩焼きそば ごま豆腐 五目汁
夕食	ごはん 鮭のポテトソース 蒸鶏とピーマンのソテー パンナコッタ おくらとトマトのスープ	ごはん あじの竜田揚げ 蒸し鶏とわかめのぼん酢和え なすのみそ炒め 白菜としめじのすまし汁	ごはん 鶏肉のチーズ焼き さつまいものサラダ キャベツのコンソメ煮 カレースープ	ごはん 白身魚の明太マヨ焼き キャベツのゆかり和え アスパラとウインナーのソテー コーンとえのきのスープ	ごはん さばのみそ煮 ブロッコリーのしらす和え 焼豚と野菜のソテー 豆腐とえのきのすまし汁	★井の日★ トンテキ丼 パプリカとツナのマリネ もやしのソテー 大根とれんごんのみそ汁	ごはん 鶏肉のみそパン粉焼き かぼちゃサラダ にんじんのペロンチーノ風 白ねぎのかきたま汁
	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日		
昼食	★井の日★ 中華丼 きゅうりの塩だれ和え 揚げ餃子 しいたけとたまごの中華スープ	ごはん 鶏肉と大葉の塩からあげ きのこたまごの炒めもの 長芋とおくらの梅和え じゃがいもとしいたけのすまし汁	たきこみごはん さばの塩焼き にんじんのめんたい和え ほうれん草と油揚げの煮浸し なめことわかめのみそ汁	ごはん たらの磯辺揚げ 小松菜のぼん酢和え キャベツとしらすの煮浸し さといもとごぼうのすまし汁	ごはん 豚肉の生姜焼き ブロッコリーのサラダ ちくわとこんにゃくの炒め煮 大根とれんごんのみそ汁		
夕食	ごはん ひらすのカレー風味焼き 小松菜のガーリックソテー パイン缶 ちくわとえのきのみそ汁	ごはん カレイの生姜煮 ブロッコリーのおかか和え ピーマンの塩こんぶ炒め なすともやしのみそ汁	ごはん スパニッシュオムレツ ウインナーと野菜のソテー コーヒーゼリー コーンとえのきのスープ	ごはん 肉団子スープ ぜんまいのナムル 牛肉とパプリカのオイスター炒め	ごはん めばるの野菜あんかけ おくらととろろ いんげんのきんぴら じゃがいもとキャベツのみそ汁		

※都合により献立内容が変更になる場合がございます。