

献立一覧表

2024年 5月 [高槻けやきの郷 一般]

2024/4/1

		1 (水)		2 (木)		3 (金)		4 (土)		5 (日)	
朝食			黒糖みるく みかんゼリー 低脂肪乳	ジャーマンペーコンポ テトパン ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	季節のジャムパン やさいゼリー 低脂肪乳	きな粉クリームサンド ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	ミルククリームパン ぶどうゼリー 低脂肪乳				
昼食			ごはん 鶏肉のタルタル焼き かにのふわふわ豆腐のあんかけ ほうれん草のお浸し えのきのみそ汁	ごはん おかめそば かぶの炒め煮 ブロッコリーサラダ	ごはん 豚肉の甘辛炒め 麩の卵とじ 胡瓜の塩ナムル 豆腐のみそ汁	ごはん さわらのしょうゆ焼 大豆の煮物 チンゲン菜のゆず和え 大根のすまし汁	ごはん 枝豆ごはん 鶏肉の甘辛ごま焼き 豆腐の梅味噌田楽 かつおのたたき(山かけ) うずまき麩のすまし汁				
夕食			◎お一日 赤飯 カレイの生姜煮 インゲンの卵炒め さつま芋サラダ あさりのすまし汁	ごはん 豆腐とひき肉の中華煮 レンコンの甘酢炒め 小松菜の和え物 春雨の中華スープ	ごはん 白身魚(鱈)のバター醤油焼き スバゲティボリタン ピーマンとハムのサラダ コンソメスープ	ごはん 豚じゃが 白身フライ しる菜のお浸し あげのみそ汁	ごはん さばの煮付け 玉子焼き (野菜) 菜の花の山椒風味和え 玉葱のみそ汁				
		6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)	12 (日)			
朝食		なつかし〜あんぱん やさいゼリー 低脂肪乳	カスタードクリームパン ヨーグルト 低脂肪乳	おいものクリームパン みかんゼリー 低脂肪乳	とろけるマチーズパン ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	ハムマヨコッパ やさいゼリー 低脂肪乳	黒糖みるく ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	チョコカスター ぶどうゼリー 低脂肪乳			
昼食		ごはん 豚肉の五目炒め がんもの含め煮 インゲンとツナの和え物 里芋のみそ汁	ごはん カレイのピーナッツ焼き さつま芋の甘煮 うまい菜の辛子和え 豆腐のみそ汁	ごはん 和風オープンオムレツ しる菜のそぼろ炒め ごぼうサラダ そうめんのすまし汁	ごはん 肉団子の中華煮 春巻き インゲンのナムル 中華スープ	ごはん ふりと焼き豆腐の味噌煮 レンコンの金平 胡瓜のドレッシング 和え あさりのすまし汁	◎丼 ポークカレー らっきょ・福神漬け レタスサラダ ぶどうムース	ごはん チキン南蛮 からし菜の煮浸し ひじきの和風サラダ 玉ねぎのみそ汁			
夕食		ごはん たらの磯辺揚げ 炒めピーン ほうれん草の酢味噌和え かまぼこのすまし汁	ごはん 鶏肉とマカロニのトマト煮 チンゲン菜のソテー 大根サラダ コンソメスープ	ごはん 豚肉の生姜炒め 高野豆腐の含め煮 からし菜の和え物 麩のみそ汁	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 大根の煮物 小松菜のごま酢和え ほうれん草のみそ汁	ごはん 鶏肉の照り焼き 菜の花の炒り煮 キャベツの浅漬け しる菜のみそ汁	ごはん さばのねぎソース そら豆の卵とじ ごま豆腐 大根のみそ汁	ごはん カレイの蒲焼 野菜つみれの煮物 春雨の酢の物 花麩のすまし汁			
		13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)	19 (日)			
朝食		ジャーマンペーコンポ テトパン やさいゼリー 低脂肪乳	ミルククリームパン ヨーグルト 低脂肪乳	季節のジャムパン みかんゼリー 低脂肪乳	なつかし〜あんぱん ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	はちみつフンファン やさいゼリー 低脂肪乳	きな粉クリームサンド ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	カスタードクリームパン ぶどうゼリー 低脂肪乳			
昼食		ごはん あじの塩麹焼き ブロッコリーの炒め物 切り干し大根のサラダ 里芋のみそ汁	◎丼 麻婆丼 茄子の甘辛炒め 桜海老のかき揚げ たまごスープ	◎いじご飯 たけのこご飯 さわらの南部焼き 桜海老のかき揚げ ほうれん草の白和え 水菜のすまし汁	ごはん 鶏肉の五目炒め 大豆の煮物 オクラのドレッシング 和え あさりのみそ汁	◎麺 ごはん (小) 野菜醤油ラーメン 水餃子 胡瓜の和え物	ごはん ハンバーグ ひじきの炒め煮 しる菜のマヨネーズ和え かばちのみそ汁	ごはん さばの焼き浸し さつま芋のバター醤油炒め インゲンの辛子和え 玉ねぎのみそ汁			
夕食		ごはん 鶏肉の親子煮 竹輪のおおさ炒め 白菜の柚子和え たけのこのすまし汁	ごはん たらの梅香焼き 菜の花の煮浸し さつま芋サラダ そうめんのすまし汁	ごはん 豚肉の甘辛煮 インゲンの炒め物 カリフラワーの甘酢和え あげのみそ汁	ごはん 千草焼き じゃが芋のそぼろ炒め 小松菜の塩昆布和え かまぼこのすまし汁	ごはん 鶏肉のクリーム煮 ピーマンの炒め物 大根のマリネ コンソメスープ	ごはん あじの煮付け 炒り豆腐 レンコンサラダ 花麩のすまし汁	ごはん 鶏肉のソテー(ｽｰｷｰｽ) 金平ごぼう 小松菜のワサビ和え とろろ昆布のすまし汁			
		20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	26 (日)			
朝食		とろけるマチーズパン やさいゼリー 低脂肪乳	おいものクリームパン ヨーグルト 低脂肪乳	黒糖みるく みかんゼリー 低脂肪乳	カスタードクリームパン ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	明太チーズコッパ やさいゼリー 低脂肪乳	はちみつフンファン ヨーグルト (いちご) 低脂肪乳	季節のジャムパン ぶどうゼリー 低脂肪乳			
昼食		◎寿司の日 いも・香るｽﾋﾞの握り寿司と山葵福寿草 菜の花の煮浸し 人参の青のりサラダ 大根のみそ汁	ごはん たらのムニエルカレー風味 チンゲン菜のクリーム煮 かばちやサラダ かぶのスープ	ごはん 豆腐ステーキ 切干大根の炒め煮 インゲンのドレッシング 和え 里芋のみそ汁	ごはん チキンカレー らっきょ・福神漬け ブロッコリーのピーナツ和え プリン	ごはん 鮭のタルタル焼き 竹輪の甘辛炒め ほうれん草のおかか和え 大根のみそ汁	ごはん さばの香味焼き がんもの含め煮 からし菜のお浸し うずまき麩のみそ汁	ごはん 鶏肉と白菜の旨煮 炒めピーン ひじきと枝豆の和え物 たけのこのすまし汁			
夕食		ごはん トンカツ (味噌だれ) 茄子の煮物 ピーマンの和え物 そうめんのすまし汁	ごはん 豚肉のしぐれ煮 玉子焼き (野菜) もやしのポン酢和え オクラのみそ汁	ごはん 鶏肉の幽庵焼き しる菜の煮浸し 春雨の塩だれ和え 麩のすまし汁	ごはん あじの和風あんかけ 筍の土佐煮 菜の花の生姜和え さつま芋のみそ汁	ごはん 肉団子と野菜の煮物 和風スバゲティ 白菜のゆかり和え 豆腐のみそ汁	ごはん 豚肉のスタミナ炒め じゃが芋のカレー風味炒め そら豆と炒り卵のサラダ コンソメスープ	ごはん たらの酒蒸し 揚げ出し豆腐 ゆで豚の香味グレ 玉ねぎのみそ汁			
		27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)					
朝食		きな粉クリームサンド やさいゼリー 低脂肪乳	ミルククリームパン ヨーグルト 低脂肪乳	季節のジャムパン みかんゼリー 低脂肪乳	ジャーマンペーコンポ テトパン ヨーグルト (ぶどう) 低脂肪乳	黒糖みるく やさいゼリー 低脂肪乳					
昼食		ごはん カレイのバター醤油焼き レンコンのおおさ炒め ブロッコリーのドレッシング 和え そうめんのすまし汁	ごはん 豚肉のオイスターソース炒め かばちやの甘煮 小松菜の和え物 ごぼうのみそ汁	◎丼 中華丼 点心2種盛り 杏仁豆腐 中華スープ	ごはん ハンバーグ(ｽｰｷｰｽ) もやしのポン酢炒め インゲンのごま味噌和え ほうれん草のすまし汁	ごはん 筑前煮 豆腐田楽 チンゲン菜の和え物 とろろ昆布のすまし汁					
夕食		ごはん 鶏肉の南部焼き 麩の卵とじ 菜の花の塩昆布和え あさりのみそ汁	ごはん あじの柚子香煮 茄子の甘辛炒め 切干大根のサラダ かまぼこのすまし汁	ごはん 揚げ魚のｸﾞﾗｯﾄｰｺｰｽ ジャーマンポテト コールスローサラダ コンソメスープ	ごはん たらのマヨネーズ焼き 野菜つみれの煮物 しる菜のわさび和え 玉ねぎのみそ汁	ごはん カレイの和風あんかけ からし菜の香味炒め スバゲティサラダ 麩のみそ汁					

\*都合により献立を変更することがあります。