

献立表

2021年5月	献立表		
	午前食	午前食	午後食
日付	初期	中期	中期
1 (土)	粥 キャベツのスープ ペースト（しらす・人参）	粥 キャベツと玉ねぎのスープ 人参と大根のしらす和え	粥 小松菜のみそ汁 カレイの野菜あんかけ（カレイ・キャベツ・人参）
6 (木)	粥 玉ねぎのスープ ペースト（タラ・キャベツ）	粥 玉ねぎのスープ ささみの蒸し煮 ゆで野菜（アスパラ・人参）	しらす粥 キャベツのみそ汁 ゆで野菜（人参）
7 (金)	粥 人参のスープ ペースト（豆腐・小松菜）	そばろみそうどん（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・小松菜） ゆで野菜（ブロッコリー）	粥 ブロッコリーのスープ 豆腐と野菜のだし煮（豆腐・人参・小松菜）
8 (土)	粥 大根のスープ ペースト（高野豆腐・キャベツ）	粥 大根とみそ汁 高野豆腐の野菜あんかけ（大根・キャベツ・人参）	粥 玉ねぎのスープ キャベツと人参のしらす和え
10 (月)	粥 キャベツのスープ ペースト（カレイ・人参）	粥 キャベツのみそ汁 そばろ煮（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・アスパラ） ゆで野菜（きゅうり）	きなこフレンチトースト（食パン・きなこ・豆乳） 人参のスープ ゆで野菜（さつま芋）
11 (火)	粥 玉ねぎのスープ ペースト（タラ・じゃが芋）	粥 玉ねぎのスープ タラの野菜あんかけ（タラ・玉ねぎ・人参） マッシュポテト	粥 じゃが芋のみそ汁 白和え（豆腐・小松菜・人参）
12 (水)	粥 玉ねぎのスープ ペースト（しらす・ブロッコリー・トマト）	パン粥 玉ねぎのスープ ひき肉のトマト煮（鶏ひき肉・大豆水煮・玉ねぎ・トマト） ゆで野菜（ブロッコリー）	粥 キャベツのみそ汁 じゃが芋のしらす和え
13 (木)	粥 キャベツのスープ ペースト（豆腐・人参）	うどん（鶏ささみ・キャベツ・人参・玉ねぎ） ゆで野菜（小松菜）	鮭とキャベツの粥 玉ねぎのみそ汁 ゆで野菜（人参）
14 (金)	粥 玉ねぎのスープ ペースト（カレイ・キャベツ）	粥 玉ねぎのスープ カレイの蒸し煮 ゆで野菜（キャベツ・きゅうり）	さつまいち粥 人参スープ 高野豆腐のとうもろ煮（高野豆腐・玉ねぎ・キャベツ）
15 (土)	粥 人参のスープ ペースト（しらす・トマト）	うどん（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・キャベツ） トマトときゅうり和え	しらす粥 キャベツのみそ汁 ゆで野菜（じゃが芋）

2021年5月	献立表		
	午前食	午前食	午後食
日付	初期	中期	中期
17 (月)	粥 じゃが芋のスープ ペースト（豆腐・人参）	粥 じゃが芋のみそ汁 豆腐の野菜あんかけ（豆腐・玉ねぎ・人参） ゆで野菜（きゅうり）	粥 玉ねぎのスープ タラと小松菜のみそ煮 ゆで野菜（人参）
18 (火)	粥 人参のスープ ペースト（カレイ・キャベツ）	コッペパン粥 鮭のクリームスープ（鮭・玉ねぎ・アスパラ・粉ミルク） ゆで野菜（人参）	そばろ粥（鶏ひき肉） キャベツのみそ汁 ゆで野菜（さつまいも）
19 (水)	粥 玉ねぎのスープ ペースト（しらす・大根・かぼちゃ）	粥 玉ねぎのみそ汁 ささみの蒸し煮 ゆで野菜（きゅうり・大根）	粥 人参のスープ かぼちゃのしらす和え バナナ
20 (木)	粥 キャベツのスープ ペースト（豆腐・ブロッコリー）	粥 キャベツのスープ 肉じゃが（鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参） ゆで野菜（きゅうり）	きなこミルクパン粥（きなこ・粉ミルク） 玉ねぎのスープ ゆで野菜（ブロッコリー）
21 (金)	粥 人参のスープ ペースト（カレイ・キャベツ）	うどん（鶏ささみ・玉ねぎ・ほうれん草） ゆで野菜（人参） バナナ	しらす粥 ほうれん草のスープ ゆで野菜（キャベツ）
22 (土)	粥 小松菜のスープ ペースト（タラ・人参）	粥 小松菜と玉ねぎのスープ そばろ煮（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参）	粥 玉ねぎのみそ汁 タラの野菜あんかけ（タラ・キャベツ・人参）
24 (月)	粥 キャベツのスープ ペースト（豆腐・さつまいも）	粥 キャベツのみそ汁 あんかけ豆腐ハンバーグ（鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参） ゆで野菜（きゅうり）	さつまいち粥 玉ねぎのスープ キャベツのしらす和え
25 (火)	粥 人参のスープ ペースト（しらす・じゃが芋・キャベツ）	パン粥 人参のスープ 鮭のポテトクリーム煮（鮭・じゃが芋・玉ねぎ・豆乳） ゆで野菜（キャベツ）	粥 玉ねぎのみそ汁 納豆和え（ひきわり納豆・キャベツ・人参）
26 (水)	粥 小松菜のスープ ペースト（カレイ・人参）	うどん（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参） ゆで野菜（きゅうり）	粥 小松菜のスープ カレイとキャベツのみそ煮（カレイ・キャベツ・人参）
27 (木)	粥 玉ねぎのスープ ペースト（しらす・かぼちゃ・小松菜）	粥 お膳のみそ汁 ささみの野菜あんかけ（鶏ささみ・キャベツ・玉ねぎ・人参） ゆで野菜（かぼちゃ）	しらす粥 小松菜のスープ ゆで野菜（人参）
28 (金)	粥 キャベツのスープ ペースト（豆腐・人参・じゃが芋）	粥 キャベツのスープ ひき肉のトマト煮（鶏ひき肉・玉ねぎ・トマト） バナナヨーグルト	ミルクパン粥（粉ミルク） 玉ねぎのスープ 鮭のポテトサラダ（鮭・じゃが芋）
29 (土)	粥 人参のスープ ペースト（カレイ・小松菜）	粥 人参と小松菜のスープ 豆腐とキャベツの味噌煮	タラとキャベツの粥 玉ねぎのみそ汁
31 (月)	粥 キャベツのスープ ペースト（豆腐・ほうれん草・人参）	粥 キャベツのスープ ささみの蒸し煮 ゆで野菜（ほうれん草・人参）	粥 豆腐と玉ねぎのみそ汁 ゆで野菜（さつまいも）

■初期食のスープに具材は入りません（ ）内の野菜はスープのお出汁として使用してます

2021年5月	完了	
	午前食	午後食
日付	午前食	午後食
1 (土)	ビビンバ丼（米・豚ひき肉・小松菜・人参・もやし・ごま・ごま油・砂糖・醤油） 粥スープ（キャベツ・卵） わかめサラダ（わかめ・大根・きゅうり・酢・醤油・砂糖・ごま油）	牛乳 チーズパン（ホットケーキミックス・チーズ・牛乳）
6 (木)	ロールパン スープ（玉ねぎ・しめじ） 肉団子（豚ひき肉・玉ねぎ・片栗粉・醤油・砂糖） 卵サラダ（アスパラ・キャベツ・人参・卵・マヨネーズ・醤油）	牛乳 炊き込みごはん（米・昆布だし・ツナ・人参・ごぼう）
7 (金)	マーボーうどん（うどん・豚ひき肉・豆腐・長ねぎ・人参・生薬・ごま油・味噌・砂糖・醤油・片栗粉） 中華ナムル（小松菜・もやし・人参・醤油・砂糖・ごま油・すりごま）	牛乳 フライドポテト（じゃが芋・油）
8 (土)	肉うどん（うどん・豚肉・大根・玉ねぎ・人参・かつお昆布・醤油） じゃこサラダ（キャベツ・人参・きゅうり・しらす・ごま油・砂糖・醤油）	牛乳 ジャムクッキー（無塩バター・グラニュー糖・卵・牛乳・小麦粉・いちごジャム）
10 (月)	軟飯 みそ汁（キャベツ・わかめ） 和風オムレツ（卵・鶏ひき肉・ひじき・玉ねぎ・人参・アスパラ・かつお昆布・砂糖・醤油） ごまマヨマカロニサラダ（マカロニ・きゅうり・人参・コン・ねりごま・マヨネーズ・醤油）	牛乳 フレンチトースト（食パン・牛乳・卵・牛乳・無塩バター・砂糖）
11 (火)	軟飯 みそ汁（もやし） カジキのさっぱり甘酢あんかけ（カジキ・玉ねぎ・人参・黄ピーマン・酢・醤油・砂糖・片栗粉） 粉らき芋（じゃが芋・あおのり）	牛乳 おとうふドーナツ（豆腐・ホットケーキミックス・卵・油）
12 (水)	食パン スープ（玉ねぎ・しめじ） チキンピーズ（大豆水煮・鶏もも肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・トマト缶・クチャップ・コンソメ・砂糖・無塩バター） ブロッコリーとチーズのサラダ（ブロッコリー・キャベツ・チーズ）	牛乳 バナナヨーグルト（ヨーグルト・バナナ） クラッカー
13 (木)	あんかけうどん（うどん・豚肉・キャベツ・人参・玉ねぎ・もやし・チンゲン菜・ごま油・醤油・砂糖・片栗粉） スープ（長ねぎ・豆腐） 小松菜のツナ和え（小松菜・人参・ツナ・ごま油・醤油・砂糖） オレンジ	牛乳 鮭わかめごはん（米・昆布だし・鮭・わかめ・ごま・醤油）
14 (金)	豚丼（米・豚肉・玉ねぎ・しめじ・ごま油・醤油・砂糖） スープ（チンゲン菜・玉ねぎ） さっぱりサラダ（キャベツ・きゅうり・人参・コン・酢・砂糖・油・醤油）	牛乳 さつま芋のゴロゴロ蒸しパン（小麦粉・ベーキングパウダー・無調整豆乳・卵・無塩バター・砂糖・さつま芋）
15 (土)	焼きうどん（うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・ごま油・醤油・かつお節） スープ（長ねぎ・わかめ） トマトサラダ（きゅうり・トマト・酢・ごま油・醤油）	牛乳 のりじゃこごはん（米・昆布だし・しらす・あおのり・チーズ・醤油）

2021年5月	完了	
	午前食	午後食
日付	午前食	午後食
17 (月)	軟飯 具沢山みそ汁（じゃが芋・玉ねぎ・小松菜・豆腐） 鶏肉のじま焼き（鶏もも肉・醤油・みりん・ごま） はるさめサラダ（春雨・きゅうり・人参・ごま油・砂糖・酢・醤油）	牛乳 マドレーヌ（小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・無塩バター）
18 (火)	コッペパン スープ（玉ねぎ・人参） 鮭のパン粉焼き（鮭・小松菜・パン粉・油） グリーンサラダ（キャベツ・アスパラ・人参・酢・砂糖・醤油・油）	牛乳 豚しゃくごはん（米・豚肉・醤油・砂糖）
19 (水)	ピラフ（玉ねぎ・人参・ピーマン・コンソメ） わかめスープ（わかめ・万能ねぎ・卵・ごま） ハンバーグ（鶏ひき肉・玉ねぎ・油） 鶏胸肉と鶏皮のキュウヒックサラダ（きゅうり・人参・大根・チーズ・マヨネーズ・醤油）	牛乳 ババッドケーキ（小麦粉・ベーキングパウダー・卵・グラニュー糖・無塩バター・バナナ・生クリーム）
20 (木)	軟飯 みそ汁（キャベツ・もやし） 肉じゃが（豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・油・かつお昆布・砂糖・醤油） 納豆和え（ひきわり納豆・チンゲン菜・人参・ごま油・醤油）	牛乳 ビザトースト（食パン・玉ねぎ・ピーマン・コン・チーズ・クチャップ）
21 (金)	親子うどん（うどん・鶏肉・卵・玉ねぎ・人参・ほうれん草・かつお昆布・砂糖・みりん・醤油・片栗粉） ごまマヨサラダ（キャベツ・きゅうり・人参・ごま・マヨネーズ） バナナ	牛乳 コーンフレーク
22 (土)	マーボー丼（米・豚ひき肉・豆腐・長ねぎ・人参・生薬・ごま油・味噌・砂糖・片栗粉） スープ（小松菜・玉ねぎ） キャベツのおかか和え（キャベツ・小松菜・人参・醤油・ごま油・砂糖）	牛乳 たまごボーロ・せんべい
24 (月)	軟飯 みそ汁（キャベツ・えのきだけ） 豆腐ハンバーグ（鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・生薬・片栗粉・かつお昆布・醤油・砂糖） ゆでブロッコリー	牛乳 スイートポテト（さつま芋・砂糖・牛乳・無塩バター）
25 (火)	食パン スープ（しめじ・人参） 鮭のポテトクリーム焼き（鮭・じゃが芋・玉ねぎ・クリームコン・マヨネーズ・醤油・片栗粉） さっぱりサラダ（キャベツ・人参・砂糖・酢・油・塩）	牛乳 そばろチャーハン（米・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・醤油）
26 (水)	ミートうどん（豚ひき肉・玉ねぎ・人参・油・トマト・砂糖・クチャップ・コンソメ・無塩バター） スープ（小松菜・玉ねぎ） コールスロー（キャベツ・きゅうり・人参・コン・マヨネーズ・砂糖） オレンジ	牛乳 ごまちゃんすこう（小麦粉・片栗粉・ごま・砂糖・油）
27 (木)	軟飯 みそ汁（玉ねぎ・鮭） 肉野菜炒め（豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・小松菜・生薬・醤油・ごま油・ごま） かぼちゃの甘煮（かぼちゃ・かつお昆布・砂糖・醤油）	牛乳 オレンジゼリー のりわかめせんべい
28 (金)	そばろ丼（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ごま油・砂糖・醤油） スープ（キャベツ・人参・えのきだけ） フルーツヨーグルト和え（ヨーグルト・バナナ・みかん）	牛乳 ラスク（食パン・無塩バター・砂糖）
29 (土)	中華丼（米・豚肉・キャベツ・人参・もやし・玉ねぎ・ごま油・醤油・片栗粉） かきたまスープ（わかめ・長ねぎ・卵） ナムル（小松菜・人参・ごま油・かつお節）	牛乳 ビスケット・せんべい
31 (月)	軟飯 スープ（キャベツ・エリンギ） 鮭の塩焼き 白和え（豆腐・人参・ほうれん草・かつお昆布・砂糖・醤油・ごま・味噌）	牛乳 マカロニきなこ（マカロニ・きな粉・砂糖）