



# 週間献立表



特別養護老人ホーム  
画図重富苑

|     | 5月5日  | 5月6日   | 5月7日  | 5月8日   | 5月9日  | 5月10日   | 5月11日  |
|-----|---|--|---|--|---|---|--|
| 朝食  | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>冬瓜のそぼろ煮<br>いんげんのごまよごし<br>ふりかけ(御飯の友) | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>フレーク煮<br>小松菜と竹輪の和え物<br>ふりかけ(たらこ)     | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>ひじきと大豆ボールの煮物<br>ほうれん草のお浸し<br>ふりかけ(鮭)  | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>じゃが芋のおかか煮<br>いんげんとじゃこの和え<br>たいみそ       | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>なすとさつま揚げの煮物<br>塩昆布和え(ピーマン)<br>ふりかけ(たまご) | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>厚焼き卵<br>なめたけ和え(オクラ)<br>ふりかけ(御飯の友)       | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>南瓜の煮物<br>錦糸和え(白菜)<br>ふりかけ(たらこ)         |
| 昼食  | ご飯(80g)<br>鶏の山賊焼き<br>春雨炒め<br>バナナ汁                     | ご飯(80g)<br>アジフライ<br>五目きんぴら<br>いちご<br>すまし汁(大根・カワラ)      | ご飯(80g)<br>牛肉と筍の煮物<br>菜の花のソテー<br>りんご<br>すまし汁(とろろ昆布)     | ご飯(80g)<br>魚の山椒風味焼き<br>ごま和え(オクラ・人参)<br>みかん缶<br>すまし汁(えのき) | ご飯(80g)<br>豚肉の生姜焼き<br>マカロニサラダ<br>黄桃缶<br>味噌汁(南瓜・しめじ)       | 胚芽ロール<br>魚の香草焼き<br>ブロッコリーのサラダ<br>ゼリー(ストロベリー)<br>そら豆のポタージュ | ご飯(80g)<br>鶏肉のゴマダレかけ<br>わさび和え(キャリ)<br>マンゴー<br>すまし汁(はんぺん) |
| おやつ | 牛乳<br>黒ゴマプリン  | 牛乳<br>どらやき   | 牛乳<br>豆乳きなこゼリー  | 牛乳<br>梅ゼリー   | 牛乳<br>パナコッタ   | 牛乳<br>抹茶ワッフル  | 牛乳<br>いちご練乳蒸しパン  |
| 夕食  | ご飯(80g)<br>魚のきのこあんかけ<br>胡瓜の生姜和え<br>黄桃缶<br>すまし汁        | ご飯(80g)<br>豚とパプリカの黒酢炒め<br>焼きなすごま味噌かけ<br>マンゴー<br>たまごスープ | ご飯(80g)<br>魚の照り焼き<br>さつま芋の甘煮<br>フルーツカクテル<br>すまし汁(かか・玉葱) | ご飯(80g)<br>鶏のチーズ焼き<br>フレンチサラダ<br>りんご<br>コンソメスープ          | ご飯(80g)<br>魚の煮付け<br>辛子和え(菜の花)<br>バナナ<br>すまし汁(そうめん)        | ご飯(80g)<br>牛肉と蓮根のバター醤油<br>小松菜のナムル<br>みかん缶<br>すまし汁(えのき)    | ご飯(80g)<br>魚の味噌漬焼き<br>梅肉和え<br>りんご<br>野菜汁                 |

