

2021年5月

## 献立表

ショートステイさくら

日	月	火	水	木	金	土
5月30日	5月31日					1
昼						
かに玉あんかけ イカフライ 伴三糸 ごはん 中華スープ	豚肉のさっぱり梅おろし焼き 筍土佐煮 青梗菜の和え物 ごはん 味噌汁					赤飯 ホキの西京焼き 筍とわらびの昆布煮 酢の物 すまし汁
夕						
鯖の西京焼き 茄子のそぼろ和え ブロッコリーのおかか和え ごはん すまし汁	鮭のタルタル焼き 里芋の煮物 八彩しそ酢和え ごはん 味噌汁					豚肉の塩だれ焼き ピーマンと竹輪の金平 青梗菜の和え物 ごはん 味噌汁
2	3	4	5	6	7	8
昼						
おでん 白菜と春菊の浸し 金時豆 ごはん 味噌汁	天ぷら 小松菜しらすの山椒和え 漬物 ごはん 味噌汁	焼きそば 蓮根はさみ揚げ ごはん 中華スープ フルーツ	子供の日 プレートメニュー☆	鯖の味噌煮 ごぼう煮合い 青梗菜の辛子和え ごはん かき玉汁	しらすの散らし寿司 ふわふわ豆腐の煮物 味噌汁 水ようかん	鮭の菜種焼き 南瓜のそぼろあんかけ わけぎの酢味噌和え ごはん すまし汁
夕						
カレイのムニエル 卵の花煮 甘酢和え ごはん 味噌汁	鶏と筍の煮合わせ さんまの甘露煮 もずく酢 ごはん 味噌汁	赤魚の煮付け 野菜豆ごった煮 もやしの甘酢和え ごはん 味噌汁	太刀魚の生姜醤油焼き さつま芋の甘露煮 ほうれん草のおろし和え ごはん 味噌汁	豚肉のブルコギ風 春巻き 茄子のねぎソースかけ ごはん 中華スープ	鶏肉の胡麻味噌焼き 小松菜の旨煮 彩りおさつ ごはん すまし汁	野菜ゴロゴロコロッケ 白菜と竹輪の煮物 ごぼうサラダ ごはん 味噌汁
9	10	11	12	13	14	15
昼						
炒り豆腐 揚げ茄子の甘辛煮 ほうれん草の胡麻和え ごはん 味噌汁	キーマカレー風 ビーフンサラダ 福神漬け フルーツ	鯖のしそ香味焼き きのこの金平 茄子のごまだれ和え ごはん 味噌汁	かつとし煮 小松菜の煮浸し れんこんの甘酢和え ごはん 味噌汁	牛ごぼうの混ぜごはん とろろそば 白菜ゆかり和え 漬物	豆乳ロールキャベツ はんぺんのチーズ揚げ ブロッコリーと卵のサラダ ごはん フルーツ	鶏天丼 うまい菜の煮浸し 味噌汁 黒糖くず餅
夕						
タラの唐揚げ甘酢あん こんにゃくと蓮根のピリ辛煮 大根とハムのサラダ ごはん 味噌汁	豆腐ハンバーグ 青梗菜の油炒め 長芋の和え物 ごはん 味噌汁	炒り鶏 ピーマン肉詰めフライ ゆず大根 ごはん 味噌汁	ホイコーロー 大学芋 ほうれん草のナムル ごはん 中華スープ	ハムポテチーズフライ ぜんまいの煮物 蒸し鶏の胡麻ドレ和え ごはん 味噌汁	太刀魚の塩焼き 厚揚げの煮物 茄子の生姜醤油かけ ごはん 味噌汁	海鮮巻き ミニ散らし寿司 炊き合わせ 茄子とみょうがのジュレ 赤だし
16	17	18	19	20	21	22
昼						
牛肉とキャベツの甘辛炒め 五目大豆 春雨の酢の物 ごはん 味噌汁	カレイの磯辺フライ ひじき煮 ほうれん草の白和え ごはん 味噌汁	サラダ巻き いなり寿司 長芋のゆかり和え すまし汁 抹茶水ようかん	麻婆茄子 海老シューマイ 胡瓜のザーサイ和え ごはん 中華卵スープ	鶏のパン粉焼き 金平ごぼう 温野菜のオーロラソースかけ ごはん コンソメスープ	天ぷら 春菊としめじの浸し 佃煮 ごはん 味噌汁	八宝菜 甘酢肉団子 ブロッコリーの辛子和え ごはん ワカメスープ
夕						
赤魚のおろし煮 里芋のそぼろあんかけ おくらとめかぶの和え物 ごはん 味噌汁	鶏の塩だれ焼き グリーンピースの卵とじ キャベツのレモン酢和え ごはん 味噌汁	ポークソーテーパーソース 小松菜と竹輪の煮物 南瓜サラダ ごはん 味噌汁	鮭の西京焼き 高野サンの煮物 いんげんの胡麻和え ごはん すまし汁	カレイの煮付け 椎茸の肉詰め天 ほうれん草のボン酢和え ごはん 味噌汁	牛肉と里芋のピリ辛煮 こんにゃくの炒め物 ねばとろ和え ごはん 味噌汁	鯖の煮付け がんもどきの煮物 いんげんのそぼろ和え ごはん 味噌汁
23	24	25	26	27	28	29
昼						
白身魚フライしそ生姜タルタル 切り干し大根煮 白菜のおかか和え ごはん 味噌汁	梅ちりごはん ハイカラうどん ほうれん草としめじの浸し ほうじ茶プリン	鶏肉の南蛮漬け 南瓜の煮物 菜の花の辛子和え ごはん 味噌汁	鯖の塩焼き れんこん金平 酢の物 ごはん 味噌汁	おろっぽんハンバーグ ほうれん草と平天の煮物 ポテトサラダ ごはん 味噌汁	鶏の治部煮 卵焼き オクラおかか和え ごはん 味噌汁	秋刀魚の竜田揚げ 湯葉入り青梗菜炒め煮 そばと長芋のサラダ ごはん 味噌汁
夕						
豚肉と厚揚げの煮物 小えびの卵とじ オクラ胡麻和え ごはん 味噌汁	牛肉と野菜のオイスター炒め じゃが芋の煮物 春雨サラダ ごはん 味噌汁	カレイの和風あんかけ 揚げ茄子の味噌炒め キャベツのごまだれ和え ごはん すまし汁	すき焼き煮 柱フライ 胡瓜の浅漬け ごはん 味噌汁	鮭の幽庵焼き 高野豆腐の卵とじ もやしの胡麻和え ごはん 味噌汁	タラのソーテーパーソース 白菜の煮浸し 大根なます ごはん 味噌汁	五目豆腐 小松菜のソーテーパー 胡瓜の梅肉和え ごはん 味噌汁

※ メニューは変更になる場合があります。