
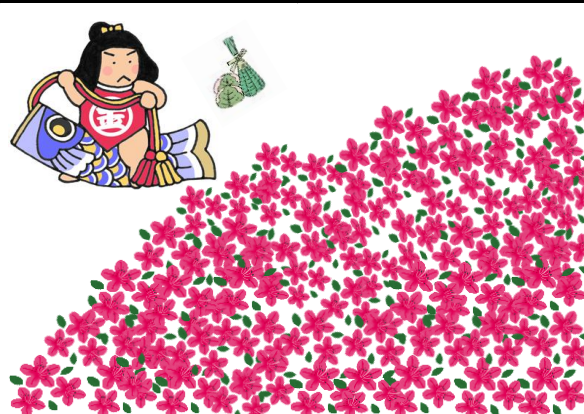































5月献立表

月	火	水	木	金	土
				1 ・空豆ご飯 ・味噌汁 ・魚の粕漬け ・春雨の酢の物 ・高野豆腐の煮物  560Kcal	2 ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の甘酢あん ・サラダ ・クリーム煮  570Kcal
4 ・菜飯 ・薄くず汁 ・いわしすり身の さんか焼き ・サラダ ・じゃが煮  564Kcal	5 ・巻き寿司と いなり寿司 ・味噌汁 ・肉団子の ケチャップ煮 ・胡麻和え ・おかか煮  583Kcal	6 —お楽しみ献立—  	7 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の香草焼き ・サラダ ・切干大根の煮物  563Kcal	8 ・ご飯 ・かぼちゃのスープ ・チキンソテー ・マリネ ・コンソメ煮  570Kcal	9 ・ご飯 ・すまし汁 ・鮭の味噌焼き ・梅肉和え ・なすの炒め物  561Kcal
11 ・ご飯 ・スープ ・鶏肉の四川風 ・中華浸し ・シューマイ  573Kcal	12 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の きのこソースがけ ・コールスロ-サラダ ・アボカドグラタン  576Kcal	13 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の南蛮漬 ・お浸し ・オイスターソース 炒め  574Kcal	14 ・ご飯 ・スープ ・マーボーナス ・サラダ ・ニラ玉  572Kcal	15 ・ご飯 ・スープ ・八宝菜 ・中華和え ・味噌玉子  570Kcal	16 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の マヨネーズ焼き ・辛子和え ・卵の花  570Kcal
18 ・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の玉子とじ ・サラダ ・フロッコリ-旨煮  568Kcal	19 ・ご飯 ・味噌汁 ・鯖の竜田焼き ・胡麻酢和え ・さつま芋と小豆煮  571Kcal	20 ・魚貝カレー ・サラダ ・若竹煮   579Kcal	21 ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の照り煮 ・ツナサラダ ・イカと里芋煮  574Kcal	22 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚の 香味ソースがけ ・白和え ・たらこ炒め  567Kcal	23 ・ご飯 ・スープ ・鶏肉の酢豚風 ・中華サラダ ・もやし炒め   574Kcal
25 ・ご飯 ・味噌汁 ・鯖の塩焼き ・炒り豆腐和え ・根菜煮  560Kcal	26 ・ご飯 ・味噌汁 ・鶏肉の マスタード焼き ・ポテトサラダ ・煮浸し  574Kcal	27 ・ご飯 ・味噌汁 ・魚のネギ塩焼き ・ごぼうサラダ ・含め煮  568Kcal	28 ・ご飯 ・味噌汁 ・豚肉の香味焼き ・サラダ ・かぼちゃ煮  570Kcal	29 ・ご飯 ・味噌汁 ・鮭の沢煮蒸し ・サラダ ・青菜のあんかけ  560Kcal	30 ・ご飯 ・味噌汁 ・肉豆腐 ・おろし酢和え ・煮豆  571Kcal

* 注文の都合により献立を変更することがあります。

いずみの苑 通所介護事業所

