

献立表

2024年5月

サニーステージ深大寺

常食

			5/1(水)	5/2(木)	5/3(金)	5/4(土)	5/5(日)
朝食			御飯 味噌汁 海老団子の煮物 もやし高菜炒め かぶの甘酢和え ヤクルト	ロールパン コンソメスープ オムレツ スパゲティサラダ ヨーグルト 牛乳	鮭雑炊 厚揚げの煮物 春菊のお浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 大根とさつま揚げの煮物 茄子の生姜炒め ゆかり和え 牛乳	御飯 味噌汁 車麩の卵とじ ほうれん草のお浸し 納豆 牛乳
昼食			たけのこご飯 絹さやの味噌汁 豚肉の生姜焼き 大根の梅肉サラダ フルーツ	御飯 味噌汁 鶏の塩こうじ焼き 高野豆腐の炊き合わせ 春雨の酢の物	深川丼 味噌汁 大豆とひじきのサラダ 炒り豆腐	あんかけ塩焼きそば 卵スープ シューマイ 青梗菜の中華ドレッシング和え フルーツ	オムライス ミルクスープ ミートローフ コーヒーゼリー
おやつ			大学芋	柏餅	どらやき	バナナクレープ	和のパンケーキ
夕食			御飯 すまし汁 鯖の味噌漬け焼き 切り大根の煮物 キャベツのドレッシング和え	御飯 味噌汁 牛肉じゃが ビーマンのソテー れんこん煮物	御飯 すまし汁 鮭の柚子味噌焼き カリフラワーのザーサイ炒め 菜の花の辛し和え	御飯 味噌汁 豚肉のくわ焼き ぜんまいの煮物 小松菜のマヨネーズ和え	御飯 味噌汁 タラのホイル焼き ふきと油揚げの土佐煮 カニと胡瓜の酢の物
	5/6(月)	5/7(火)	5/8(水)	5/9(木)	5/10(金)	5/11(土)	5/12(日)
朝食	パン コンソメスープ ポークビーンズ アスパラのサラダ ヨーグルト 牛乳	御飯 味噌汁 野菜炒め 大根のおかか煮 とろろめかぶ 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺん磯辺焼 キャベツの高菜炒め 絹さやのピーナツ和え ヤクルト	パン パンブキンポタージュ すごもり卵 ポテトサラダ ヨーグルト 牛乳	梅しらす雑炊 厚焼き玉子 小松菜のお浸し しば漬 ヤクルト	御飯 味噌汁 ごぼう巻き ハムと玉ねぎのソテー 春菊の胡麻和え 牛乳	御飯 味噌汁 魚肉ソーセージと野菜炒め 里芋のおかか煮 納豆 牛乳
昼食	御飯 すまし汁 鶏肉とキャベツの塩炒め 切り昆布の煮付 もやしの胡麻風味サラダ	御飯 すまし汁 鮭のパター醤油焼 里芋とナスの田楽 ゴボウサラダ フルーツ	ハヤシライス 野菜スープ いんげんとじゃこのソテー ミモザサラダ フルーツ	どんこつラーメン 春巻き ザーサイのナムル フルーツ	御飯 味噌汁 豚肉のおろし焼き 五目信田煮 しらたきのたらこ和え	中華丼 卵スープ ビーマンのソテー もやしの中華和え フルーツ	御飯 具だくさん汁 フライ盛り合わせ ポテトサラダ フルーツ
おやつ	しっとり饅頭	焼きプリンタルト	ロールケーキ	ブチ肉まん	今川焼き	芋ぜんざい	ブルーチェ
夕食	御飯 味噌汁 干草焼きおろし添え 切り昆布の煮付 ブロッコリーのドレッシング和え	御飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き じゃが芋とベーコンのソテー 青梗菜の生姜和え	御飯 味噌汁 ホククの塩焼き ブロッコリーのかにかまあんかけ 白和え	御飯 すまし汁 ぎせい豆腐 竹輪と里芋の煮物 あさりとりわけの酢味噌かけ	御飯 味噌汁 鱈の南部焼き 高野豆腐の含め煮 ブロッコリーの桜海老和え	御飯 味噌汁 親子煮 白菜の塩炒め 冷奴	御飯 味噌汁 鱈の柚庵焼き かぼちゃのいとこ煮 揚げ茄子の煮浸し
	5/13(月)	5/14(火)	5/15(水)	5/16(木)	5/17(金)	5/18(土)	5/19(日)
朝食	ビザトースト コンソメスープ スクランブルエッグ キャベツとツナのサラダ ヨーグルト 牛乳	御飯 味噌汁 はんぺんの卵とじ ささみと水菜の和風和え 昆布の佃煮 牛乳	御飯 味噌汁 えび団子の煮物 もやしの炒め物 いんげんの辛し和え ヤクルト	パン コンソメスープ じゃが芋のクリーム煮 セロリのマリネ ヨーグルト 牛乳	鮭雑炊 車麩と椎茸の煮物 人参の胡麻和え 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 生揚げ煮 茄子の生姜炒め物 キャベツのピーナツ和え 牛乳	御飯 味噌汁 茄子と鶏肉の煮物 小松菜のみぞれ和え 納豆 牛乳
昼食	御飯 味噌汁 鶏肉の梅香やき ビーマンと白濁の金平 ほうれん草とシラスのお浸し	御飯 中華スープ 回鍋肉 カニしゅうまい レンコンの胡麻風味サラダ	御飯 とろろ昆布の清汁 カレイの酒蒸し銀あんかけ 豆腐の田楽 ブロッコリーの菜種和え	御飯 かき玉汁 豚肉のスタミナ炒め 高野豆腐の煮物 小松菜の胡麻マヨ和え	かき揚げうどん かぶの柚子和え ゼリー 菜飯おにぎり	御飯 すまし汁 鶏肉と厚揚げのチリソース煮 筍とさつま揚げの煮物 さつま芋サラダ	御飯 三色ねぎとろ丼 豆腐となめこの味噌汁 茶碗蒸し 浅漬け フルーツ
おやつ	紅茶ケーキ	抹茶ババロア	バームクーヘン	小倉まんじゅう	スイスロール	ワッフル	オレンジゼリー
夕食	御飯 すまし汁 鮭のねぎ味噌マヨ焼き 白菜のソテー 長いもとオクラのわさび醤油	御飯 味噌汁 照り焼き豆腐ハンバーグ ビーフン炒め カニと胡瓜のドレッシング和え	御飯 味噌汁 鶏肉のマスタード焼き 青梗菜とエリンギの炒め物 大根サラダ	御飯 味噌汁 白菜とひき肉の重ね蒸し 竹の子の煮付け 切り昆布の煮付 ブロッコリーのドレッシング和え	御飯 味噌汁 鶏団子の煮物 春雨のソテー もやしと人参の辛子酢和え	御飯 味噌汁 ホキの西京漬焼 白菜の炒めもの 南瓜のそぼろあんかけ	御飯 味噌汁 豚肉のさっぱり蒸しゴマだれ 切り大根の煮物 焼き茄子
	5/20(月)	5/21(火)	5/22(水)	5/23(木)	5/24(金)	5/25(土)	5/26(日)
朝食	ロールパン コンソメスープ じゃが芋とベーコンのポトフ 豆サラダ ヨーグルト 牛乳	御飯 味噌汁 イワシの梅煮 卵とニラのソテー めかぶ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐の含め煮 白菜のソテー ほうれん草のなめたけ和え ヤクルト	ロールパン コンソメスープ スクランブルエッグ ハムサラダ ヨーグルト 牛乳	かに雑炊 肉団子の煮物 小松菜のお浸し しば漬 ヤクルト	御飯 味噌汁 がんもどきの煮物 青梗菜とツナのソテー もやしの辛子和え 牛乳	御飯 味噌汁 車麩の煮物 ブロッコリーとカニカマの炒め煮 納豆 牛乳
昼食	御飯 素麺の清汁 メンチカツ ひじき煮 かぶの甘酢和え	御飯 味噌汁 ビーフカレー コンソメスープ アスパラソテー シーザーサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 手作り野菜コロッケ 切り昆布の煮付 いんげんの生姜醤油	御飯 すまし汁 鮭わかめご飯 竹輪たがら フルーツ	御飯 すまし汁 豚肉柳川風 じゃが芋のベーコン炒め 焼豆腐の田楽	御飯 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き うの花炒め 大根の柚子和え	御飯 味噌汁 キャベツとじゃこの和え物 温泉卵 フルーツ
おやつ	お誕生日ケーキ	プリン	エクレア	コーヒーゼリー	今川焼き	ミルクドーナツ	黒糖ケーキ
夕食	御飯 味噌汁 鯖の塩焼 ぜんまいの煮物 長芋の千切り	御飯 味噌汁 松風焼き れんこん金平 白菜のボン酢和え	御飯 味噌汁 メルルーサのレモン醤油蒸し けんちん炒め トマトの和風サラダ	御飯 すまし汁 揚げ豆腐そぼろあん 竹の子の煮付け 里芋のサラダ	御飯 味噌汁 鱈のパター醤油焼き 大根とちくわの煮物 菜の花のごまマヨ和え	御飯 すまし汁 筑前煮 アスパラとキノコのソテー キャベツと桜海老の和え物	御飯 かき玉汁 厚揚げと野菜の味噌炒め とうがんの煮物 白菜のゆかり和え
	5/27(月)	5/28(火)	5/29(水)	5/30(木)	5/31(金)		
朝食	ロールパン コンソメスープ ウインナーソテー マカロニサラダ ヨーグルト 牛乳	御飯 味噌汁 里芋とさつま揚げの煮物 ごぼうと大豆のソテー とろろいも 牛乳	御飯 味噌汁 絹さやとときのこの卵とじ 大根のドレッシング和え 南瓜のレモン煮 ヤクルト	フレンチトースト コンソメスープ キャベツとウインナーのソテー ピーンズサラダ ヨーグルト 牛乳	御飯 味噌汁 ミートボール煮 ビーマンと白濁の金平 白菜とかまぼこのお浸し 牛乳		
昼食	御飯 味噌汁 ハンバーグきのこソース ほうれん草とコーンのソテー カレーポテトサラダ	御飯 わかめのスープ 麻婆豆腐 春雨のソテー 青梗菜の中華和え	御飯 コンソメスープ タンダーチキン いんげんとハムのソテー マセドアンサラダ	御飯 味噌汁 鶏肉の梅焼き 五目巾着の含め煮 水菜とツナのボン酢和え	御飯 味噌汁 鮭の南蛮漬 かぶと油揚げの煮浸し ブロッコリーと卵のサラダ		
おやつ	まんじゅう	いもようかん	抹茶ババロア	スイスロール	ババロア		
夕食	御飯 味噌汁 鱈の蒲焼 竹輪と人参の煮物 切り大根のサラダ	御飯 すまし汁 肉じゃが 蟹シューマイ カリフラワーの明太子和え	御飯 味噌汁 揚げ魚野菜あんかけ ぜんまいの煮物 もずくの酢の物	御飯 味噌汁 魚のピカタ きのこのソテー ほうれん草の土佐和え	御飯 味噌汁 牛肉豆腐 アスパラとハムの炒め 胡瓜としらすのゆずドレ和え		