



ウエルシアパートナーズ
さわやかケアポートとしま・デイサービス
5月献立表



日	月	火	水	木	金	土
					1 鯖の青じそ風味焼き チキンソテー トマトソース	2 大海老フライ 鶏のパン粉焼き
					切干大根煮 キャベツと卵の炒め物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	小松菜の卵とじ 茄子とピーマンの炒め物 もやしとひじきの和え物 味噌汁
					フルーツポンチ	ロールケーキ
3	4	5	6	7	8	9
	メバルの煮付け ハンバーグ デミグラスソース 大根とさつま揚げの煮物 卵とチンゲン菜の炒め物 ポテトサラダ 味噌汁	わかめご飯 カラスガレイの梅風味焼き 豚肉の生姜焼き わかめの日 ほうれん草のコーンソテー ツナサラダ じゃが芋の胡麻和え 味噌汁	鮭の鍋照り焼き 大葉仕立て 牛肉コロッケ コロッケの日 さつま芋と刻み昆布の煮物 大根と帆立のサラダ ほうれん草の磯辺和え 味噌汁	バラのちらし寿司 グラスブーケサラダ 茶碗蒸し 海老の湯葉巻き そら豆添え けんちん汁	カラスガレイの磯辺焼き チンジャオロース ゴーヤの日 ゴーヤチャンプル マカロニサラダ 胡瓜とわかめとかにかまの酢の物 味噌汁	ホキの煮付け 餃子 じゃが芋のカレー風味煮 ごぼうの鶏そぼろ炒め チンゲン菜の中華浸し 清汁
	今川焼き	抹茶ババロア	どら焼き	バラのタルト 	和風パンケーキ 	つぶあんツイスト
10	11	12	13	14	15	16
	カラスガレイのミモザ焼き 親子煮 ふきと湯葉の含め煮 じゃが芋の炒め物 白菜と胡瓜の浅漬け 味噌汁	赤飯(北海道大納言小豆使用) 鮭の揚げ卸し煮 鶏ももの角煮 お誕生日会 がんと里芋の煮物 冷やし焼き茄子 ほうれん草の白和え 清汁 	金目鯛の卸し煮 牛肉の柳川風 ひじき煮 きのこ白菜のツナ炒め 春雨サラダ 味噌汁	鮭の胡麻味噌焼き 鶏の葱味噌焼き 南瓜煮 大根金平 小松菜とひじきの梅だれ和え 清汁 	鯖のピリ辛焼き 春巻き&焼売 筍の土佐煮 ブロッコリーと海老の炒め物 卵の花サラダ 味噌汁	鮭の和風バター焼き チキンカレー キャベツのスープ煮 茄子とピーマンの味噌炒め カリフラワーとパプリカのピクルス 卵スープ
	あんパン	ショートケーキ	ミニシュークリーム	抹茶ゼリー 	カスタードワッフル	フルーツヨーグルト
17	18	19	20	21	22	23
	鯖のタラコマヨネーズ焼き 鶏の中華風鍋照り焼き じゃが芋とベーコンの炒め物 豆腐のきのこあんかけ かにかまと胡瓜の中華風ごま酢和え 味噌汁	鯖の味噌煮 鶏肉とパプリカの塩こうじ炒め 長芋のおかか煮 炒り豆腐 キャベツ・わかめ・胡瓜の胡麻酢和え かき玉汁	鮭の生姜焼き 筑前煮 若竹煮 南瓜とお豆のサラダ 小松菜のなめ茸和え 味噌汁	カラスガレイの葱風味焼き 野菜たっぷり八宝菜 里芋の甘味噌かけ 冷やしキャベツの煮浸し ブロッコリーのタラコマヨネーズかけ 清汁	金目鯛の煮付け ミートローフ じゃが芋のそぼろ煮 もやしとにらの炒め物 山菜のみぞれ和え 味噌汁	カラスガレイの甘酢あんかけ 鶏の照り焼き 白菜のトマト煮 ほうれん草としめじのお浸し 南瓜サラダ 味噌汁
	シュガーロール	フルーツチェストロベリー	抹茶蒸しパン	チーズ蒸しケーキ	あんみつ	いちごスペシャルミニ
24	25	26	27	28	29	30
	銀だらの西京焼き 豚肉と野菜の味噌炒め だし巻き玉子 大根卸し添え ひじきと豆腐の炒め物 タラモサラダ 若竹汁	鮭の香味焼き 肉じゃが かぶと油揚げの煮物 にらとタラコの炒め物 卸し酢和え 味噌汁	カラスガレイの青じそマヨみそ焼き 鶏の野菜あんかけ 南瓜のそぼろあんかけ 金平ごぼう ほうれん草とトマトのツナ和え 清汁 	鯖の天ぷら 鶏とかぶの治部煮 小松菜と厚揚げの煮物 ふきと筍の塩きんぴら さつま芋のサラダ 味噌汁	銀だらの黄身焼き 鶏の卸し煮 キャベツとあさりの煮浸し もやしのカレーソテー カニ風味サラダ 味噌汁	金目鯛のさらさ蒸し 豚の角煮 茄子の揚げ浸し 山菜と春雨の炒め物 ブロッコリーと卵のサラダ 味噌汁
	プリン	黒糖蒸しパン	冷やしお麩入りぜんざい 	白こしあんまんじゅう	クリームパン	梅ゼリー
<p>ご家庭で、実は小さく切って食べています、などございましたら ご遠慮なくお申し付けください。 こちらでも刻むなどの対応をさせていただきます。</p>						

※食材の都合で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください