



5月 献立表



現 場：通所リハビリテーションひかり
献立種類：常食（個別献立）
期 間：2016/5/1～2016/5/31

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
昼食	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き クリーム煮 大根サラダ かき玉汁	* 憲法記念日 * 	* みどりの日 * 	* こどもの日 * 	ごはん 豚肉の生姜焼き ほうれん草のさっと煮 トマトのサラダ 味噌汁
	エネルギー 541kcal				エネルギー 593kcal
	9	10	11	12	13
昼食	筍御飯 鰯の磯辺揚げ 炊き合わせ いんげんのピーナツ和え 清汁	ごはん 葱塩ローストチキン ふきうす揚げ煮 ポテトサラダ コンソメスープ	ごはん 豚肉としめじのポン酢煮 山菜スパゲティ 白菜とひじきのサラダ 味噌汁	ごはん アジフライ ニラ卵炒め 青梗菜のおかか和え 味噌汁	親子丼 小松菜の煮びたし もずく酢 味噌汁 バナナ
	エネルギー 607kcal	エネルギー 559kcal	エネルギー 587kcal	エネルギー 573kcal	エネルギー 572kcal
	16	17	18	19	20
昼食	ごはん 豚しゃぶ（ごまだれ） 春巻き キャベツの生姜醤油和え 味噌汁	ごはん 太刀魚の焼き浸し そら豆吉野煮 小松菜のなめ茸和え 味噌汁	麻婆丼 チンゲン菜の煮浸し 棒々鶏サラダ 中華スープ オレンジ	ごはん 鶏肉の木の芽焼き 揚げ出し豆腐 白菜の土佐酢和え 味噌汁	ごはん たらのカレーニエル もやしと卵のソテー ブロッコリーのサラダ コンソメスープ
	エネルギー 585kcal	エネルギー 573kcal	エネルギー 576kcal	エネルギー 543kcal	エネルギー 558kcal
	23	24	25	26	27
昼食	ごはん 鯖の味噌煮 ごぼうサラダ さつま芋のおろし和え 清汁	ちらし寿司 茶碗蒸し ほうれん草の磯辺和え 赤だし 水ようかん	ごはん すき焼風煮 温泉卵 酢れんこん 清汁	ごはん 鯖の西京焼 南瓜のきんぴら 青梗菜の辛子和え 清汁	ごはん あじの風味揚げ こんにゃくの真砂煮 マカロニサラダ 味噌汁
	エネルギー 618kcal	エネルギー 587kcal	エネルギー 623kcal	エネルギー 569kcal	エネルギー 597kcal
	30	31			
昼食	ごはん 白身魚のムニエルバター醤油かけ そら豆の卵とじ 海藻サラダ スープ	ごはん 松風焼 南瓜と切り昆布の煮物 オクラの酢の物 味噌汁			
	エネルギー 552kcal	エネルギー 556kcal			

*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。 株式会社 魚国総本社