

# 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：2020/5/1～2020/5/30

	月	火	水	木	金
					1
昼食					ごはん 鮭の南蛮漬け 炊き合わせ いんげんのごまマヨ和え 味噌汁 エネルギー - 590kcal
	4	5	6	7	8
昼食				ごはん アジフライ ポテトサラダ 青梗菜のおかか和え 味噌汁 エネルギー - 650kcal	* 郷土料理 * 愛知県 あんかけスパゲッティ コールスローサラダ きのことスープ フルーツ白玉 エネルギー - 565kcal
	11	12	13	14	15
昼食	ごはん 豚しゃぶ（ごまだれ） 春巻き フロccoliの生姜醤油和え 味噌汁 エネルギー - 561kcal	白身魚のフライカレー グリーンサラダ コンソメスープ オレンジ  エネルギー - 667kcal	ごはん 麻婆豆腐 チンゲン菜の煮浸し 春雨サラダ 中華スープ エネルギー - 598kcal	ごはん 鶏肉の木の芽焼き 揚げ出し豆腐 菜の花の塩昆布和え 清汁 エネルギー - 573kcal	ごはん  太刀魚の焼浸し そら豆吉野煮 小松菜のなめ茸和え 味噌汁 エネルギー - 573kcal
	18	19	20	21	22
昼食	筍御飯 鯖の味噌煮 きんぴらごぼう さつま芋のおろし酢和え 清汁 エネルギー - 630kcal	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き じゃが芋の明太子和え 春雨の酢の物 味噌汁 エネルギー - 561kcal	肉うどん 卵豆腐 青梗菜の和え物 水ようかん  エネルギー - 559kcal	ごはん 鯖の西京焼 菜の花のごま和え 酢れんこん 清汁 エネルギー - 564kcal	ごはん 親子煮 小松菜の炒め煮 もずく酢  味噌汁 エネルギー - 564kcal
	25	26	27	28	29
昼食	ごはん きれいのくにバター醤油かけ そら豆の卵とじ 海藻サラダ スープ  エネルギー - 579kcal	ごはん 松風焼 南瓜のきんぴら オクラの酢の物 清汁 エネルギー - 580kcal	ごはん たらのしそ天ぷら ほうれん草の煮浸し きゃべつの梅肉和え 味噌汁 エネルギー - 574kcal	鮭の三色丼 田楽 清汁 ババロア  エネルギー - 622kcal	ごはん ハンバーグステーキ 野菜サラダ コンソメスープ 夏みかん缶 エネルギー - 580kcal

\*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