



5月予定献立表

長谷川病院 デイケアセンター

月	火	水	木	金	土
1日 ★リコピンパワー炸裂★ ルッコラとまとのゆでたまご 赤黄緑のビタミンサラダ おくらとわかめのXO醤炒 ジュリエンスープ	2日 ★Fresh! バジル★ 米飯 白身魚のルッコラ風味 特製♪たらもサラダ きんぴらごぼう キャベツとパプリカのスープ マチェドニア	バジルやスッキーニなど旬野菜を先取り！ また今月はシェフこだわりのオリジナル特製ソースを使用したメニューが登場しますのでお楽しみに♪ 			6日 米飯 鯖ののろみ漬け焼き きのこのおろし酢和え デリ風かぼちゃサラダ 粕汁 フルーツヨーグルト
オレンジゼリー	ミニメロンパン				シュークリーム
エネルギー：868kcal タンパク質：26.6g	エネルギー：873kcal タンパク質：32.3g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：792kcal タンパク質：27.6g
8日 ★やさいの旨みギョウ 麦ごはん ★鮭の彩りトマトソース シーザーサラダ ポパイソテー 果物	9日 ★あをとをひく旨さ！★ ピリッと辛口♪坦々麺 大根とかにのサラダ 小松菜の辛子和え 果物	10日 ★究極の黄金比♪★ 2種のパン ハニーマスタート チキン 人参と胡瓜マヨネーズサラダ スッキーニソテー とまとスープ 果物	11日 枝豆&じゃこのご飯 鶏肉の梅肉焼き 春雨サラダ アスパラとパプリカのソテー 味噌汁 果物	12日 ★ほっこり母の味★ 米飯 ぶりの照り焼き 肉じゃが 五色和え 豚汁 フルーツミックス	13日 帯広ぶた丼 季節の野菜天ぷら 大豆となすのごま和え すまし汁 果物
シベリア	コーヒーゼリー	原宿ドッグ	水ようかん	チョコムース	マール蒸しパン
エネルギー：819kcal タンパク質：30.6g	エネルギー：865kcal タンパク質：34g	エネルギー：811kcal タンパク質：27.7g	エネルギー：859kcal タンパク質：29.5g	エネルギー：884kcal タンパク質：35.5g	エネルギー：854kcal タンパク質：34g
15日 ★シェフの絶品創作料理 米飯 赤魚粕漬けのポル ～おからシルク～ 春野菜の昆布じめ なすのそぼろ煮 味噌汁 果物	16日 ★いつもと違うシリーズ 雑穀米 コクうまキーマカレー キャロットラペ ほうれん草の白和え 野菜スープ 果物	17日 ★サクッ♪が自慢の★ 野菜のかき揚げそば なすの青紫蘇和え リゾット & パプリカマスタート 炒 果物	18日 麦ごはん 鰯のさっぱり梅煮 禁断のマカロニサラダ カボナータ フルーツヨーグルト すまし汁	19日 ★シェフ秘伝レシピ1 米飯 ボークソテー ～和風グレイビーソース ザワークラウト そらめめポタージュ 小松菜のお浸し 果物	20日 米飯 鯉のコチュマヨ和え なめこ豆腐 魅惑の特製サラダ 味噌汁 果物
たいやき	りんご杏仁	黒糖フークレエ	ワッフル	オレンジゼリー	もみじまんじゅう
エネルギー：791kcal タンパク質：29.2g	エネルギー：845kcal タンパク質：25.1g	エネルギー：753kcal タンパク質：23.2g	エネルギー：861kcal タンパク質：30.6g	エネルギー：823kcal タンパク質：30.8g	エネルギー：826kcal タンパク質：35.7g
22日 ★ザ・wafu/パスタ★ 春菊と木の子のパスタ 新玉ねぎのマリネ 青菜のごま和え daikonのポタージュ 牛乳寒天とフルーツ	23日 ★情熱の海鮮鍋★ 米飯 長谷川風アクアパッツァ おさつと林檎の♪ sweetパワースラダ アスパラときのこ炒め コンソメスープ 果物	24日 米飯 チキン南蛮 海草サラダ ひじきの白和え 押麦のミネストローネ 果物	25日 米飯 白身魚のふんわり蒸し 筍のピリ辛炒め煮 南瓜とお豆のポタージュ 味噌汁 果物	26日 ★隠し味はタマネギ★ 米飯 鶏肉の中華風煮込み 揚げなすのさっぱり和 青菜のごま和え 中華スープ 果物	27日 米飯 めばるの和風マリネ きゅうりの塩昆布和え スッキーニとパプリカのサラダ フルーツミックス 味噌汁
ショコラムース	苺シュークリーム	かぼちゃチーズケーキ	抹茶ババロア	フルーツゼリー	たいやき
エネルギー：837kcal タンパク質：23.9g	エネルギー：892kcal タンパク質：32.3g	エネルギー：885kcal タンパク質：32.9g	エネルギー：871kcal タンパク質：39g	エネルギー：770kcal タンパク質：25.6g	エネルギー：811kcal タンパク質：28.1g
エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g	エネルギー：0kcal タンパク質：0g			