

ケアハウス

ふねひき福寿荘の食事

《お料理クラブ：おやつ作り》

★小麦まんじゅう★



★あんみつ★



今年度より月2回のみそ汁作り、月1回おやつ作りに内容を一新。
楽しく入居者様と職員と一緒に作っています。

《入居者懇談会・誕生日会 🎂》

★山菜おこわ・天ぷら盛り合わせ★



毎月第4木曜日には誕生日会が開催されます。誕生者の要望
に合わせたメニューを提供しています。

月間献立表

ケア(A)

日付				05月01日(水)	05月02日(木)	05月03日(金)	05月04日(土)
朝				御飯 庫焼きたまご 白菜の煮浸し 味噌汁(もやし・絹さや 牛乳	御飯 ウィンナーとかぶのポトフ ほうれん草なめたけ和え 味噌汁(さつま芋・大根菜 牛乳	御飯 はんぺんの煮物 ちんげん菜のおかか和え 味噌汁(卵・しいたけ 牛乳	煮ごはん 小松菜とソーセージの炒め物 山芋とろろ 味噌汁(かぶ・絹厚揚げ 牛乳
昼				御飯 鮭の塩焼き 付)大根おろし・菊 煮し鶏ときざみ昆布の炒り煮 漬け物(奈良漬) 味噌汁(ほうれん草・うず巻き麩	御飯 鶏の唐揚げオニオンソース 玉葱ソース) 付)ブロッコリー・コン・パプリカ ちくわとふきの煮物 あみ豆腐 味噌汁(白菜・油揚げ	御飯 ぶりの七味焼き さくの吉野煮 ぜんまいの煮物 菜の花ゆば和え 味噌汁(キャベツ・高野豆腐	御飯 ハンバーグ ソース) 付)スパゲッティ・人参グラッセ 梅しそピーフン かぼちゃサラダ 味噌汁(あさり・貝割れ
昼間食				おやつ(原宿ドッグ	おやつ(野菜ゼリー	おやつ(カステラ	おやつ(バナナアイスクレープ
夕				御飯 豚肉の生焼焼き 付)キャベツ 里芋の煮物 しそ昆布煮 味噌汁(豆腐・わかめ	御飯 ホキのモヨネーズ焼き 付)うまい菜の卵ソテー 五目ひき煮 大根なます 味噌汁(玉葱・しめじ	御飯 八宝菜 さつま芋のバイン煮 春雨サラダ 中華スープ(チンゲン菜・えのき	煮めし御飯 かれいのみぞれ煮 野菜炒め 白花豆 味噌汁(キャベツ・にら
日付	05月05日(日)	05月06日(月)	05月07日(火)	05月08日(水)	05月09日(木)	05月10日(金)	05月11日(土)
朝	御飯 野菜つみれの煮物 菜の花のごま和え 味噌汁(キャベツ・大根菜 牛乳	御飯 豚肉と白菜のとろみ煮 納豆 味噌汁(大根・うまいな 牛乳	御飯 肉詰めいなり煮物 いんげんのピーナッツ和え 味噌汁(卵・小松菜 牛乳	御飯 ブレンオムレツ ひじきの炒め煮 味噌汁(菜の花・しめじ 牛乳	御飯 ウィンナーソテー かぶの吉野煮 味噌汁(里芋・いんげん 牛乳	御飯 だんごきたまご かぶの吉野煮 味噌汁(ちんげん菜・油揚げ 牛乳	御飯 豆腐チャンプル ブロッコリーのピーナッツ和え 味噌汁(さつま芋・貝割れ 牛乳
昼	<端午の節句> オムライス デミソース) コールスローサラダ フルーツ(こゆず コンソメスープ(ねぎ・わかめ	ゆかり御飯 メンチカツ 付)アロコリ キャベツの洋風煮 マカロニサラダ 味噌汁(里芋・絹さや	御飯 メバルのみりん焼き 付)菜の花たまごソテー 金平ごぼう うずら豆 味噌汁(白菜・平煮	煮ごはん 赤魚の玉葱ソース炒め 冬瓜のかにあんかけ ほうれん草の白和え 味噌汁(じゃが芋・貝割れ大根	たげのご飯 赤魚の七味焼き 付)小松菜 切干大根の煮物 漬け物(しば漬 すまし汁(小松菜・わかめ	御飯 豚肉のしぐれ煮 ありとワカメの酢味噌和え 漬け物(桜大根 味噌汁(卵・大根菜	御飯 たらの香味ソース 香味ソース) 付)スパゲッティ 豚肉と大根の炒め物 菜の物(赤しその実漬) 味噌汁(豆腐・小松菜
昼間食	おやつ(キャラメルケーキ	おやつ(吹響饅頭	おやつ(シフォンケーキ	おやつ(たいやき	おやつ(黒豆黒糖蒸しパン	おやつ(豆乳プリン	おやつ(チョコドーナッツ
夕	御飯 鶏の漬け焼き 付)春菊浸し 炒り豆腐 漬け物(しば漬 味噌汁(里芋・絹さや	御飯 さわらのみそ焼き 付)菜の花 かぶの煮物 さつま芋煮 すまし汁(花麩・水菜	御飯 麻婆豆腐 南瓜の煮物 ちんげん菜のお浸し ワンタンスープ	御飯 チキンボールの甘酢あん 春菊のなめたけ和え ポテトサラダ 味噌汁(かぶ・高野豆腐	御飯 豚肉の柳川風 海菜サラダ きのこきやぶらぎの佃煮 味噌汁(かぼちゃ・葱	御飯 さばの味噌焼焼き 付)菜の花ソテー じゃがいもの金平 いんげんのごまよじ すまし汁(てまり麩・ねぎ	御飯 鶏肉のタルタル焼き 付)キャベツゆかり和え 冬瓜と厚揚げの煮物 やわらかわめ 味噌汁(大根・うず巻き麩
日付	05月12日(日)	05月13日(月)	05月14日(火)	05月15日(水)	05月16日(木)	05月17日(金)	05月18日(土)
朝	御飯 ちくわと小松菜のソテー ハンバーグサラダ 味噌汁(もやし・しいたけ 牛乳	御飯 ふきの煮物 温泉卵 味噌汁(じゃが芋・大根菜 牛乳	御飯 しる煮の煮浸し 納豆 味噌汁(かぶ・かぶ菜 牛乳	御飯 庫焼きたまご 里芋の煮物 味噌汁(うまい菜・高野豆腐 牛乳	御飯 炒り豆腐 春菊のツナ和え 味噌汁(大根・平煮 牛乳	煮ごはん はんぺんの煮物 菜の花のピーナッツ和え 味噌汁(畑菜・玉葱 牛乳	御飯 とりつくねの煮物 菜の花のピーナッツ和え 味噌汁(キャベツ・うず巻き麩 牛乳
昼	<母の日> あなごちらし 塩麹筑前煮 菜の花ゆば和え つみれ汁	御飯 赤魚のホイル蒸し マカロニサラダ 春菊の和え物 <味噌汁作り>	御飯 梅しそ天ぷら 付)おろし天つゆ わらびの田舎煮 ごぼうサラダ 味噌汁(キャベツ・おつゆ麩	御飯 松風焼き 天盛(紅生姜 漬瓜とワカメの酢の物 きんぴらごぼう 豚汁 味噌汁(キャベツ・しめじ	御飯 赤魚の煮つけ 付)ほうれん草 はりはりサラダ ブロッコリー・胡麻和え すまし汁(鶏つみれ・三ツ菜	御飯 炒り鶏 ほたてと菜の花の和え物 漬け物(桜大根 味噌汁(豆腐・わかめ	御飯 鮭の香茅焼き 付)小松菜浸し 刻み昆布ともしの炒り煮 五色なます 味噌汁(里芋・水菜
昼間食	おやつ(チーズケーキ	おやつ(抹茶ゼリー	おやつ(人形焼き	おやつ(野菜ゼリー	おやつ(水餃子	おやつ(バナナココアケーキ	おやつ(エクレア
夕	御飯 かれいの塩焼き 付)チンゲン菜コマ風味和え きのこ炒め 茶福豆 味噌汁(玉葱・豆腐	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め かぼちゃの煮物 しいたけ佃煮 味噌汁(うまい菜・おつゆ麩	わかめ御飯 ぶりの生煮煮 天盛(万能葱 菊の煮物 うぐいす豆 味噌汁(白菜・オクラ	御飯 牛肉入りコロッケ 付)はやく水菜・パプリカ 厚揚げとふきの煮物 漬け物(つば漬 味噌汁(かぶ・かぶ菜	御飯 豚肉と卵の和風炒め かぼちゃ煮 小松菜のお浸し 味噌汁(白菜・高野豆腐	御飯 豆腐野菜バーグ あん) 付)ブロッコリー・パプリカ 野菜炒め 春雨サラダ 味噌汁(ほうれん草・豆麩	御飯 回鍋肉 ナムル 杏仁豆腐 ワンタンスープ
日付	05月19日(日)	05月20日(月)	05月21日(火)	05月22日(水)	05月23日(木)	05月24日(金)	05月25日(土)
朝	御飯 シーフード卵焼き 冬瓜の煮物 味噌汁(かぶ・かぶの菜 牛乳	御飯 青梗菜とちくわの炒め物 納豆 味噌汁(もやし・油揚げ 牛乳	御飯 さつま揚げといんげんの炒め物 もやしのトシシク和え 味噌汁(かぼちゃ・葱 牛乳	御飯 ミートボール ふきの炒り煮 味噌汁(さつま芋・大根菜 牛乳	御飯 厚揚げの味噌炒め ほうれん草のおかか和え 味噌汁(冬瓜・にら 牛乳	御飯 カーネア入りたまご 小松菜の炒め煮 味噌汁(大根・高野豆腐 牛乳	御飯 ちんげん菜の煮浸し 温泉たまご 味噌汁(じゃが芋・オクラ 牛乳
昼	バターロールパン ハンバーグ デミソース) 付)イタリアン野菜 にんじんサラダ バナナ トマトスープ(じゃが芋・玉葱	御飯 白身魚の味噌焼焼き 付)ミニサラダ じゃがいもの金平 もずく すまし汁(小松菜・ねぎ	ボークカレー キャベツのさっぱりサラダ こゆず缶 味噌汁(かぶ・水菜	御飯 白身魚のバター醤油焼き 付)ミニサラダ 切干大根の煮物 菜の花のゆば和え 味噌汁(キャベツ・しめじ	<誕生会> 山菜おこわ 天ぷら 里芋の煮物 フルーツ(オレンジ・キウイ すまし汁(とろろ昆布・ねぎ	御飯 さばの味噌煮 漬いんげん 大根の子炒り もくもく すまし汁(ハンペン・青梗菜	御飯 青椒肉絲 しゅうまい 春雨サラダ 中華スープ
昼間食	おやつ(ストロベリーパバロア	おやつ(かぼちゃ羊羹	おやつ(ドームケーキ・チョコ	おやつ(羊羹	おやつ(抹茶シフォンケーキ	おやつ(バームクーヘン	おやつ(きこプリン
夕	御飯 たらのフライ 付)キャベツ・人参・貝割れ ピーマンソテー みかん缶 味噌汁(小松菜・えのき茸	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付)水レソウ お魚豆腐揚げの煮物 いんげん胡麻和え 味噌汁(卵・貝割れ	御飯 メルルーサの野菜あんかけ 野菜あん) レンコンの煮物 金時豆 味噌汁(小松菜・おつゆ麩	わかめ御飯 鮭と豆腐の松風焼き あん) 野菜の旨煮 ポテトサラダ 味噌汁(もやし・いんげん	御飯 メバルの香味ソース 香味ソース) 付)スパゲッティ 白菜とベーコンの炒め煮 茶福豆 味噌汁(椎茸・小松菜	御飯 和風色も焼き テリヤキソース) 付)ブロッコリー マカロニサラダ しいたけ佃煮 味噌汁(キャベツ・わかめ	御飯 赤魚の塩野菜あんかけ さつま芋煮 漬け物(しば漬 味噌汁(もやし・かぶ菜
日付	05月26日(日)	05月27日(月)	05月28日(火)	05月29日(水)	05月30日(木)	05月31日(金)	
朝	御飯 さつま揚げと白菜のとろみ煮 小松菜のくるみお和え 味噌汁(かぶ・絹厚揚げ 牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 いんげんごま和え 味噌汁(しらな・えのき茸 牛乳	御飯 ツナポテト 白菜のお浸し 味噌汁(畑菜・平煮 牛乳	御飯 京がんもの煮物 春菊のなめたけ和え 味噌汁(白菜・しめじ 牛乳	御飯 ウィンナーと野菜のケチャップ炒め ちんげん菜の生煮和え 味噌汁(南瓜・貝割れ大根 牛乳	煮ごはん ちくわと大根の煮物 山芋とろろ 味噌汁(白菜・絹さや 牛乳	
昼	<菰の日> 味噌ラーメン 具)野菜炒め ぎょうざ 青梗ゼリー	御飯 バラ焼き ほうれん草の塩麹和え 大根の子炒り 味噌汁(卵・いんげん	ゆかり御飯 白身魚フライ 付)チンゲン菜浸し 大根の子炒り 黄桃缶 すまし汁(花麩・貝割れ大根	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)もやし浸し いんげんとベーコンの炒めもの きやぶらぎ あさり汁	御飯 赤魚の照り焼き 付)菜の花おかか和え 豚肉と大根の炒め物 青しその実漬 味噌汁(玉葱・高野豆腐	御飯 メンチカツ 付)ボイルキャベツ・ニンジン 厚揚げのポリカラチャンプル ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁(かぶ・油揚げ	
昼間食	おやつ(きしめしぐれ	おやつ(炭酸饅頭	おやつ(野菜ゼリー	おやつ(スイートポテト	おやつ(モカロールケーキ	おやつ(ごまプリン	
夕	御飯 チキンのトマトソースがけ ソース)トマトソース 付)イタリアン野菜 ソーセージと野菜のソテー ハンバーグサラダ コンソメスープ	御飯 あじのおろし煮 添え)花人参 炒り豆腐 しそ昆布佃煮 味噌汁(菜の花・うず巻き麩	御飯 豚肉の塩麹漬け焼き 付)うまい菜たまごソテー アスパラとちくわのマヨ和え 黒豆 味噌汁(卵・大根菜	御飯 ぶりのみりん焼き 付)小松菜ソテー かぶのそぼろ煮 漬け物(べつたら漬 味噌汁(里芋・わかめ	御飯 菜めしごはん 鶏肉のゆず醤油ソース すず羅油ソース) 付)アロコリ・花人参 もやしのピーナッツ和え 金時豆 すまし汁(はんぺん・ねぎ	御飯 ほつ汁の塩麹 付)大根おろし 肉じゃが 小松菜のお浸し 味噌汁(豆腐・水菜	