



2025年5月通常献立表



※事業所によってはおやつを提供があります。
※病状によっては通常と異なる献立の場合があります。

	1日(木)		2日(金)		3日(土)		4日(日)		5日(月)		6日(火)		7日(水)	
朝	ご飯 和風スクランブルエッグ 小松菜のお浸し 金山寺みそ みそ汁（冬瓜・ワカメ） 牛乳		ご飯 ふんわり寄せの煮物 しろなのおかか和え ふりかけ（たらこ） みそ汁（さつま芋・かぶ葉） 牛乳		ご飯 納豆 野菜炒め たいみそ みそ汁（小松菜・うずまき麴） 牛乳		ご飯 がんもと里芋の煮物 温泉卵 ふりかけ（かつお） みそ汁（玉葱・ワカメ） 牛乳		ご飯 じゃが芋とツナの炒め物 しろなのお浸し のり佃煮 みそ汁（白菜・ねぎ） 牛乳		ご飯 豆腐チャンプル ブロッコリーのゆず醤油和え ふりかけ（しそ） みそ汁（大根・大根葉） 牛乳		ご飯 だし巻卵 付）うぐいす豆 白菜のからし和え うめびしお みそ汁（玉葱・しめじ） 牛乳	
	ご飯 ますのバター醤油焼き 付）そら豆 白菜の煮浸し フルーツ缶（みかん） みそ汁（大根・大根葉）		えびピラフ 鶏肉のバジル焼き 付）スナップエンドウ カリフラワーサラダ ゼリー コンソメスープ（ほうれん草・玉葱）		ご飯 白身魚の味噌漬け焼き 付）いんげん 切干大根の煮物 二色和え お吸物（豆腐・ねぎ）		ご飯 鶏肉のごま醤油焼き 付）アスパラ マカロニサラダ フルーツ（オレンジ） みそ汁（もやし・畑菜）		こどもの日 菜の花ちらし 天ぷら二種盛り（えび・魚） 付）大根おろし 炊き合わせ フルーツ缶（ミックス） お吸物（花麴・貝割）		ご飯 プルコギ チンゲン菜ともやしのナムル フルーツ（バナナ） 中華スープ（春雨・ワカメ）		ご飯 銀だら照り焼き 付）ふき・花人参 畑菜のなめたけ和え フルーツ（パイナップル） みそ汁（油揚げ・かぶ葉）	
	ご飯 赤魚の山椒焼き 付）いんげん なすの炒め物 玉葱と人参のレモン風味サラダ フルーツ缶（キウイ）		ご飯 ほっけの七味焼き 付）畑菜 ひじきの煮物 フルーツ（バナナ） 香の物（桜だいこん）		ご飯 豚肉の生姜焼き 付）ブロッコリー ちくわとかぶの煮物 フルーツ（パイナップル） うずら豆		ご飯 黄金かれいの煮付け 付）オクラ 豚肉と根菜の炒め物 ほうれん草の白和え フルーツ缶（白桃）		ご飯 豚肉と野菜の塩麴炒め なすの煮物 フルーツ（メロン） 香の物（つぼ漬け）		ご飯 鶏肉の香味焼き 付）小松菜 冬瓜のくずあんかけ フルーツ缶（黄桃） もずく酢		ご飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 付）いんげん かぼちゃの煮物 フルーツ缶（りんご） きゅうりの生姜醤油和え	
	I補給 - 1582kcal		I補給 - 1560kcal		I補給 - 1631kcal		I補給 - 1594kcal		I補給 - 1664kcal		I補給 - 1513kcal		I補給 - 1573kcal	
	蛋白質 65g		蛋白質 66.5g		蛋白質 71.4g		蛋白質 70.7g		蛋白質 59g		蛋白質 61.3g		蛋白質 59.1g	
脂質 41.7g		脂質 34.6g		脂質 44.1g		脂質 36.8g		脂質 42.3g		脂質 36.6g		脂質 39.6g		
炭水化物 248.9g		炭水化物 258.4g		炭水化物 250.1g		炭水化物 254.7g		炭水化物 273.5g		炭水化物 247g		炭水化物 254.6g		
食塩相当 6.5g		食塩相当 8.1g		食塩相当 6.4g		食塩相当 7.7g		食塩相当 8.4g		食塩相当 6.9g		食塩相当 6.7g		



	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)
朝	ご飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草の磯和え ふりかけ（さけ） みそ汁（さつま芋・貝割） 牛乳	ご飯 焼き豆腐と大根の煮物 チンゲン菜のお浸し たいみそ みそ汁（もやし・ワカメ） 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 小松菜と揚げの和え物 ふりかけ（かつお） みそ汁（玉葱・椎茸） 牛乳	ご飯 納豆 大根とちくわの含め煮 うめびしお みそ汁（ほうれん草・うずまき麴） 牛乳	ご飯 魚肉ソーセージと野菜のソテー カリフラワーの和風サラダ ふりかけ（たまご） みそ汁（もやし・しめじ） 牛乳	ご飯 一口がんもの煮物 青菜とツナの和え物 たいみそ みそ汁（大根・ワカメ） 牛乳	ご飯 和風ミートボール 付）玉葱 ほうれん草の和え物 ふりかけ（しそ） みそ汁（白菜・オクラ） 牛乳
昼	鶏南蛮うどん さつま揚げとごぼうの炒め 卵豆腐 フルーツ缶（キウイ）	ご飯 赤魚の煮付け 付）いんげん・花麴 ブロッコリーとえびの和え物 フルーツ缶（黄桃） みそ汁（冬瓜・オクラ）	牛丼 きんぴらごぼう フルーツ缶（ミックス） みそ汁（揚げ・ねぎ）	ご飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース） 付）スナップエンドウ・トマト 南瓜のごま和え フルーツ缶（りんご） みそ汁（豆腐・貝割）	ご飯 ほっけのねぎ醤油焼き 付）しろな れんこんの甘辛炒め うずら豆 みそ汁（玉葱・油揚げ）	五目チャーハン 焼きぎょうざ ブロッコリーサラダ 中華スープ（畑菜・長葱）	ご飯 フライ二種盛り（コロッケ・イカ） ソース） 付）キャベツ 冬瓜のカニカマあんかけ フルーツ（パイナップル） みそ汁（小松菜・うずまき麴）
夕	ご飯 牛肉の南部焼き 付）スナップエンドウ 肉じゃが フルーツ缶（みかん） 香の物（しば漬け）	ご飯 豚肉とピーマンのオムレツ炒め かに焼売 キャベツの塩昆布和え フルーツ（メロン）	ご飯 白身魚のトマトソース トマトソース） 付）アスパラ ジャーマンポテト フルーツ（バナナ） カリフラワーサラダ	ご飯 あじの塩麹焼き 付）オクラ・花人参 チンゲン菜の炒め物 フルーツ（オレンジ） わかめ佃煮	ご飯 ミートローフ ソース） 付）いんげん かぶのコンソメ煮 フルーツ（パイナップル） 香の物（桜だいいこん）	ご飯 さわらの山椒焼き 付）そら豆 卵の花 フルーツ缶（キウイ） 筍のおかか和え	ご飯 親子煮 きんぴらごぼう きゅうりの酢味噌がけ フルーツ缶（ミックス）
	I補給 - 1649kcal	I補給 - 1550kcal	I補給 - 1557kcal	I補給 - 1524kcal	I補給 - 1605kcal	I補給 - 1631kcal	I補給 - 1654kcal
	蛋白質 67.9g	蛋白質 64.8g	蛋白質 65.5g	蛋白質 65.3g	蛋白質 58.6g	蛋白質 69g	蛋白質 56.2g
	脂質 41.8g	脂質 34.9g	脂質 32.4g	脂質 34g	脂質 45.6g	脂質 41.7g	脂質 37.9g
	炭水化物 261.4g	炭水化物 256.4g	炭水化物 265.5g	炭水化物 253.7g	炭水化物 254.1g	炭水化物 257.2g	炭水化物 282.7g
	食塩相当 8.2g	食塩相当 6.9g	食塩相当 7.2g	食塩相当 7.2g	食塩相当 7g	食塩相当 8.8g	食塩相当 8g



	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)
朝	ご飯 炒り豆腐 チンゲン菜のごま醤油和え 金山寺みそ みそ汁（じゃが芋・玉葱） 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーのレモンサラダ ふりかけ（かつお） みそ汁（畑菜・おつゆ麴） 牛乳	ご飯 厚揚げの煮物 小松菜のピーナッツ和え しそ昆布 みそ汁（さつま芋・かぶ葉） 牛乳	ご飯 ちくわの甘辛煮 キャベツのおかか和え ふりかけ（たまご） みそ汁（大根・ワカメ） 牛乳	ご飯 オムレツ 付）ブロッコリー ほうれん草の磯和え たいみそ みそ汁（もやし・ねぎ） 牛乳	ご飯 肉詰めいなりの煮物 畑菜とかまぼこの和え物 ふりかけ（さけ） みそ汁（玉葱・しめじ） 牛乳	ご飯 納豆 白菜の煮浸し のり佃煮 みそ汁（冬瓜・大根葉） 牛乳
昼	ご飯 鶏肉の味噌焼き 付）ふき・花麴 いんげんの炒め物 フルーツ缶（黄桃） お吸物（しめじ・貝割）	にゅうめん 天ぷら二種盛り（野菜・チクワ） 付）オクラ 白菜のゆかり和え フルーツ缶（マンゴー）	◆松花堂弁当◆ 豆ご飯 赤魚の筍あんかけ 切干大根の煮物 フルーツ（オレンジ） お吸物（花麴・貝割）		ご飯 トマトソースハンバーグ 付）グリル野菜 ポテトサラダ フルーツ缶（ミックス） コンソメスープ（ほうれん草・玉葱）	ご飯 あじの南蛮漬け じゃが芋の炒め煮 フルーツ缶（みかん） みそ汁（白菜・油揚げ）	ご飯 牛肉のカレー炒め かぶとえびの含め煮 香の物（桜だいこん） みそ汁（小松菜・うずまき麴）
夕	ご飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 里芋の含め煮 フルーツ（オレンジ） 香の物（青しその実漬け）	ご飯 さばの七味焼き 付）甘酢生姜 ひじきの煮物 フルーツ（パイナップル） 浅漬け（キャベツ）	ご飯 豚肉の葱塩炒め チンゲン菜とえびの旨煮 パンプキンサラダ 香の物（しば漬け）	ご飯 白身魚の香草焼き 付）スナップエンドウ 冬瓜の洋風煮 オクラのゆず醤油和え フルーツ缶（黄桃）	ご飯 鶏肉の照り焼き 付）いんげん ぜんまい煮 フルーツ（バナナ） 昆布豆	ご飯 干草焼き 和風あん） なすの煮物 キャベツの和え物 フルーツ缶（キウイ）	ご飯 豚肉のポン酢炒め さつま芋と昆布の煮物 フルーツ缶（マンゴー） あみえび佃煮
	I補給 - 1518kcal	I補給 - 1626kcal	I補給 - 1583kcal	I補給 - 1582kcal	I補給 - 1556kcal	I補給 - 1598kcal	I補給 - 1573kcal
	蛋白質 61.1 g	蛋白質 61.6 g	蛋白質 68.1 g	蛋白質 54.5 g	蛋白質 67.2 g	蛋白質 71.2 g	蛋白質 68.2 g
	脂質 34.1 g	脂質 48.1 g	脂質 39.5 g	脂質 42.8 g	脂質 30.8 g	脂質 44.2 g	脂質 33.9 g
	炭水化物 253 g	炭水化物 252.3 g	炭水化物 249.1 g	炭水化物 255 g	炭水化物 265.9 g	炭水化物 245.2 g	炭水化物 257.7 g
	食塩相当 6.8 g	食塩相当 7.5 g	食塩相当 7.7 g	食塩相当 6.9 g	食塩相当 7.2 g	食塩相当 7.6 g	食塩相当 6.2 g



	22日(木)	23日(金)	24日(土)	25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)
朝	ご飯 温泉卵 かぶの煮物 しそ昆布 みそ汁（里芋・ねぎ） 牛乳	ご飯 がんもの煮物 しろなとちくわの和え物 ふりかけ（たまご） みそ汁（キャベツ・うずまき麴） 牛乳	ご飯 炒り豆腐 二色浸し うめびしお みそ汁（玉葱・大根葉） 牛乳	ご飯 厚焼き卵 付）甘酢生姜 チンゲン菜のお浸し ふりかけ（さけ） みそ汁（冬瓜・しめじ） 牛乳	ご飯 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草のごま醤油和え のり佃煮 みそ汁（かぶ・かぶ葉） 牛乳	ご飯 チンゲン菜とベーコンのソテー カリフラワーの香味和え ふりかけ（たらこ） みそ汁（もやし・貝割） 牛乳	ご飯 さつま揚げの炒め煮 小松菜のおかか和え 金山寺みそ みそ汁（さつま芋・大根葉） 牛乳
昼	ご飯 鶏肉のタルタルソース焼き 付）ナポリタン ツナとブロッコリーの和え物 フルーツ（パイナップル） みそ汁（もやし・貝割）	ハヤシライス ポテトサラダ ヨーグルトデザート ピクルス	ご飯 鶏肉の金山寺味噌焼き 付）ほうれん草 卵豆腐のあんかけ フルーツ（オレンジ） お吸物（かまぼこ・ねぎ）	ご飯 さばの味噌煮 付）長葱 菜の花とちくわの和え物 フルーツ（バナナ） お吸物（うずまき麴・ねぎ）	ご飯 八宝菜 焼売 杏仁フルーツ 中華スープ（春雨・ワカメ）	スパゲティミートソース サラダ リンゴムース コンソメスープ 	ホタテのピラフ 洋風卵焼き コールスローサラダ ゼリー コンソメスープ （ほうれん草・えのき）
夕	ご飯 たらこの粕漬焼き 付）オクラ かぼちゃの煮物 大根の和風和え フルーツ缶（りんご）	ご飯 ほっけの漬焼き 付）チンゲン菜 ふきとさつま揚げの含め煮 フルーツ缶（キウイ） わかめ佃煮	ご飯 メンチカツ ソース） 付）温野菜 きんぴらごぼう フルーツ缶（マンゴー） 香の物（きゅうり漬け）	ご飯 鶏肉のチーズソース 付）ブロッコリー じゃが芋のカレー炒め フルーツ缶（白桃） 人参サラダ	ご飯 牛肉の七味焼き 付）小松菜 炒り鶏 フルーツ缶（キウイ） 香の物（つぼ漬け）	ご飯 肉豆腐 ビーフン炒め 温泉卵 フルーツ缶（黄桃）	ご飯 ますの生姜醤油焼き 付）スナックエンドウ 切干大根の煮物 フルーツ（オレンジ） きゅうりの塩昆布和え
	I補給 - 1538kcal	I補給 - 1649kcal	I補給 - 1527kcal	I補給 - 1571kcal	I補給 - 1686kcal	I補給 - 1708kcal	I補給 - 1604kcal
	蛋白質 63.9g	蛋白質 67.4g	蛋白質 53.5g	蛋白質 65.8g	蛋白質 75.1g	蛋白質 67g	蛋白質 65.9g
	脂質 33.9g	脂質 45.2g	脂質 36.1g	脂質 41.2g	脂質 44g	脂質 48g	脂質 39.4g
	炭水化物 255.1g	炭水化物 256.9g	炭水化物 256.7g	炭水化物 249.6g	炭水化物 259.9g	炭水化物 266.6g	炭水化物 260.8g
	食塩相当 6.6g	食塩相当 7.9g	食塩相当 7.8g	食塩相当 7.3g	食塩相当 6.7g	食塩相当 6.4g	食塩相当 8.5g



	29日(木)	30日(金)	31日(土)
朝	ご飯 厚揚げの吉野煮 いんげんの和風マネズ 和え ふりかけ（しそ） みそ汁（畑菜・しめじ） 牛乳	ご飯 しらすの卵とし ほうれん草のわさび和え うめびしお みそ汁（豆腐・ワカメ） 牛乳	ご飯 里芋のそぼろ煮 畑菜の磯和え たいみそ みそ汁（もやし・かぶ葉） 牛乳
昼	ご飯 黄金かれいのおろし煮 付）ふき・花人参 なすの炒め物 白菜と青菜のお浸し みそ汁（玉葱・椎茸）	ご飯 チキンカツ 付）キャベツ・トマト ソース） 冬瓜の煮物 フルーツ缶（みかん） お吸物（花麴・貝割）	ポークカレー サラダ フルーチェ（いちご） 香の物（福神漬）
タ	ご飯 鶏肉の山椒焼き 付）しろな イカと里芋の煮物 フルーツ缶（キウイ） カリフラワーサラダ	ご飯 赤魚の香味焼き 付）そら豆 肉じゃが オクラとえのきのポン酢和 フルーツ（パイン）	ご飯 白身魚のマスタード焼き 付）いんげん 高野豆腐の含め煮 フルーツ缶（マンゴー） 浅漬け（白菜）
	I補㌰ - 1595kcal	I補㌰ - 1587kcal	I補㌰ - 1696kcal
	蛋白質 68.7 g	蛋白質 63.6 g	蛋白質 65.8 g
	脂質 39.3 g	脂質 37 g	脂質 46.7 g
	炭水化物 252.2 g	炭水化物 262.5 g	炭水化物 263 g
	食塩相当 7.5 g	食塩相当 7.5 g	食塩相当 6.8 g

