



# 5月のお献立



友愛会

山県グリーンポート デイケアセンター

	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
昼食	たけのこごはん かき玉汁 豚肉の香味焼き さといもの煮付け パイナップル缶	山菜そば 菜めし 京あわせ煮付け みかん缶	春の海鮮ちらし寿司 すまし汁 五目豆腐煮 フルーツカクテル	 阜月御膳  ごはん・玉ねぎの味噌汁 春の天ぷら盛り合わせ 長芋とわらびの煮付け いくらおろし和え・ヨーグルト和え	春のカレー ミートオムレツ アスパラサラダ 黄桃缶	ごはん えのきの味噌汁 かつおのたたき 信田煮 パイナップル缶
間食	レモンケーキ サイダー	もみじまんじゅう お茶	マープルケーキ はちみつレモン	こどもの日ゼリー	メープルプッチケーキ レモンティー	やわらかおかき 砂糖醤油 お茶
昼食	9日 ごはん 玉ねぎの味噌汁 照り焼きハンバーグ ポテトサラダ みかん缶	10日 ごはん もやしの味噌汁 選べるおかず 小松菜のわさび和え フルーツカクテル	11日 ぎつねうどん わかめごはん えんどうの山椒炒め 黄桃缶	12日 ごはん 白菜の味噌汁 親子煮 さつまいものレモン煮 オレンジ	13日 ごはん とろろ昆布汁 選べるおかず カリフラワーの青じそ和え パイナップル缶	14日 ごはん わかめスープ かに玉あんかけ もやしのナムル フルーチェ
間食	抹茶ケーキ カフェオレ	シフォンケーキ ミルクティー	コアイチゴ カルシウムウエハース	抹茶焼きドーナツ ミルクティー	黒糖まんじゅう お茶	ロールケーキ ぶどうサイダー
昼食	16日 ごはん わかめの味噌汁 選べるおかず 金平れんこん ヨーグルト和え	17日 ごはん 大根の味噌汁 鶏唐揚げ薬味ソースかけ マカロニサラダ バナナ	18日 松花堂弁当 ごはん・しめじの味噌汁 さばの塩焼き・切干大根の煮物 菜花の辛子和え パイナップル缶	19日 ごはん すまし汁 鶏肉の南蛮漬け 小松菜のごま和え みかん缶	20日 味噌ラーメン ごはん 蒸し焼売 黄桃缶	21日 ハヤシライス ミートオムレツ 野菜サラダ フルーチェ
間食	やわらかおかき のりしお お茶	マロンケーキ サイダー	青りんごゼリー	紫芋まんじゅう お茶	ミルクケーキ りんごジュース	チョコ焼きドーナツ ミルクティー
昼食	23日 カレー南蛮 ごはん なすの揚げ煮 オレンジ	24日 チャーハン 中華風卵スープ 春雨サラダ ヨーグルト和え	25日 ごはん すまし汁 豚肉のくわ焼き さといものゆず味噌かけ みかん缶	26日 ごはん 大根の味噌汁 選べるおかず ブロッコリーのピーナツ和え 黄桃缶	27日 ごはん えのきの味噌汁 さわらの塩麹焼き ちくわの炒り煮 フルーツカクテル	28日 ごはん 大根の味噌汁 鶏肉の照り煮 パンプキンサラダ パイナップル缶
間食	カステラ レモンティー	抹茶まんじゅう お茶	プリン	やわらかおかき えび お茶	パウムクーヘン ぶどうサイダー	小倉パン お茶
昼食	30日 ごはん すまし汁 さばのつけ焼き かぼちゃの煮付け フルーチェ	31日 ごはん 玉ねぎの味噌汁 牛肉のしぐれ煮 切干大根の煮物 黄桃缶				今月の献立(平均) エネルギー：645kcal たんぱく質：20.8g 脂質：18.0g 炭水化物：97.7g
間食	ショコラプッチケーキ りんごジュース	田舎まんじゅう お茶				



# 今月の選べるおかずメニュー



10日 火曜日

A：赤魚の煮付け

B：牛肉のしぐれ煮

13日 金曜日

A：さばの味噌煮

B：しいたけの肉詰め

16日 月曜日

A：あじのつけ焼き

B：鶏肉の竜田揚げ

26日 木曜日

A：ホキのポテトサラダ焼き

B：ピーマンの肉詰め

献立の内容に変更がある場合がございますのでご了承ください。



## ユキナの話 その37 ～ 美味しい食事ができるまで ～

### 「厨房のスタッフはどのくらいいるの？」

山県グリーンポートの厨房には調理、盛りつけ、配膳、洗浄等を担当しているスタッフがいます。

問題 厨房では1日何人のスタッフでお食事を作っているでしょう？

- ①3～4人
- ②5～6人
- ③7～8人

答え 1日合計5～6人のスタッフでお食事を提供しています。

★お知らせ 2日(月)～7日(土)・・・春の味覚週間 5日(木)・・・皐月御膳