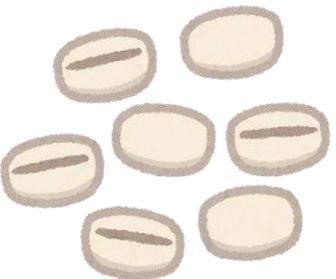
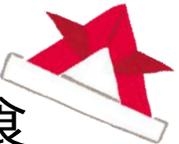


# 2025年5月度献立

特別養護老人ホーム 第二好意の庭

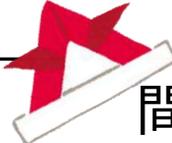
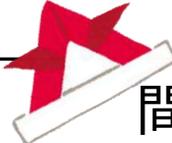
※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
日にち	<h2>押し麦ごはん</h2> <p>今月より、毎日の主食に押し麦の付加を開始します。 食物繊維・ビタミンB1等の栄養強化だけではなく、しっかりと噛んで食べて頂くという目的もあります。 近年の研究で、しっかりと噛むことで、脳が活性化されるということが分かっています。 脳が活性化されると、セロトニンが増え「幸福感」が増すと言われています。 また、しっかりと噛むことで、認知症予防への期待をしております。</p> 			1	2	3	4	
 <h3>朝食</h3>				ご飯 梅びしお オクラの湯葉和え みそ汁 バナナ	ご飯 たいみそ キャベツハムソテー みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 白菜の煮浸し みそ汁 洋梨缶	焼き立てパン だし巻き卵 マンゴー缶 牛乳	
 <h3>昼食</h3>				散らし寿司 里芋の田楽 すまし汁 フルーツ	ご飯 🔴鶏のハニーマスタード または 🔵ほきのみそマヨ焼き 冬瓜とアサリの煮物 すまし汁	ご飯 🔴よだれ鶏(蒸し鶏のピリ辛ダレ) または 🔵たらの野菜あんかけ ほうれん草の辛し和え すまし汁	ご飯 ポークビーンズ 豆腐サラダ コンソメスープ	
 <h3>間食</h3>				抹茶水ようかん(八十八夜) 牛乳	手作りマンゴープリン 牛乳	スイスロール 牛乳	柔らかおかき	
<h3>夕食</h3> 				ご飯 すき焼き風 茄子のゴマポン和え すまし汁	ご飯 さばの煮つけ 春雨サラダ みそ汁	菜飯 キッシュ ブロッコリーのマリネ コンソメスープ	ご飯 白身魚のカレー焼き ピーマンとしらたきの金平 すまし汁	
一日当たりの栄養価	エネルギー(Kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	塩分(g)	1420	1403	1403	1395
					55.2	56.6	55.8	57
					35.6	39.6	38.2	50.1
					6	6.2	6.7	5.2

# 2025年5月度献立

特別養護老人ホーム 第二好意の庭

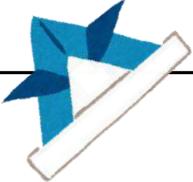
※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
日にち	5	6	7	8	9	10	11	
 朝食 	ご飯 梅びしお キャベツのかにかま和え みそ汁 バナナ	ご飯 ふりかけ 人参の金平 みそ汁 みかん缶	ご飯 のり佃煮 大根煮物 みそ汁 白桃缶	菜飯 冬瓜の含め煮 みそ汁 ヨーグルトムース	ご飯 たいみそ 白菜のツナ煮 みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 大根サラダ みそ汁 洋梨缶	菓子パン みかん缶 牛乳	
	 昼食 	こどもの日のメニュー オムライス 洋食盛り合わせ コーンスープ デザート	ご飯 ♡鶏じゃが または ♡ほきの胡麻醤油焼き 冷奴 みそ汁	今月のカレー 豚バラと春キャベツのカレー ほうれん草のミモザサラダ 福神漬け フルーツ	ご飯 ♡鶏肉の治部煮 または ♡白身魚のチーズ焼き ごぼうサラダ すまし汁	今月の新作メニュー① 塩ワンタンメン ひじきサラダ フルーツ	ご飯 ♡豚肉と卵の野菜炒め または ♡白身魚のトマトソース 茄子の含め煮 コンソメスープ	ご飯 チキンソテータルタルソース ビーマンと魚肉ソーセージの炒め物 コンソメスープ
 間食 	たい焼き 牛乳	ブドウゼリー 牛乳	誕生日会 牛乳	黒糖饅頭 牛乳	手作り杏仁豆腐 牛乳	いちごケーキ 牛乳	バームクーヘン	
夕食 	ご飯 豚肉のゴマダレかけ 大根の昆布煮 みそ汁	わかめご飯 たらこと里芋の卵焼き しろなの湯葉和え すまし汁	ご飯 たららの甘酢あん 白菜のかにかま和え すまし汁	ご飯 あじのかば焼き 湯豆腐 みそ汁	ご飯 麻婆ナス キャベツサラダ ワカメスープ	ご飯 深川風玉綴じ 里芋の煮物 みそ汁	ご飯 さばの生姜煮 青梗菜の煮びたし みそ汁	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1543	1329	1444	1316	1531	1442	1397
	タンパク質(g)	53.4	52	50	55.5	51.7	52.4	56.1
	脂質(g)	46.2	31	43.1	24.6	55.3	36.3	48.3
	塩分(g)	7	6.7	5.6	5.8	7	6.3	4.6

# 2025年5月度献立

特別養護老人ホーム 第二好意の庭

※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
日にち	12	13	14	15	16	17	18	
 朝食   昼食	ご飯 梅びしお オムレツ みそ汁 バナナ	ご飯 のり佃煮 青梗菜のおかか和え みそ汁 みかん缶	ゆかりご飯 冬瓜とさつま揚げの煮物 みそ汁 白桃缶	ご飯 梅びしお 小松菜とアサリの煮びたし みそ汁 バナナ	ご飯 たいみそ じゃが芋のコンソメ煮 みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 白菜のカニマヨ和え みそ汁 洋梨缶	焼き立てパン ブロccoliの胡麻和え マンゴー缶 牛乳	
	ご飯 青椒肉絲 または 白身魚のしそ風味焼き 金平ごぼう みそ汁	郷土食 静岡県 桜エビご飯 遠州焼き 白菜ときゅうりの胡麻和え 駿河汁	ご飯 豚肉の生姜焼き または たらのおろしポン酢 高野の煮物 みそ汁	ご飯 タンドリーチキン または さわらの西京焼き ほうれん草のハム和え すまし汁	季節のご飯 豆ごはん 桜エビ入りかき揚げ 大根のツナ煮 みそ汁	焼きそば 中華風冷奴 すまし汁 フルーツ	ご飯 ハンバーグステーキ マカロニサラダ パンプキンスープ	
間食	たこ焼き 牛乳	抹茶パンケーキ 牛乳	マドレーヌ 牛乳	きなこムース 牛乳	クレープ 牛乳	チョコ饅頭 牛乳	カステラ饅頭	
夕食  	ご飯 焼き豆腐の肉みそかけ 大根の中華和え 中華スープ	ご飯 あじのバター醤油焼き ジャーマンポテト コンソメスープ	ご飯 鶏肉と里芋の炒め煮 揚げ茄子の生姜醤油和え すまし汁	ご飯 お好み焼き 冷奴 みそ汁	ご飯 白身魚の和風ムニエル 南瓜のそぼろ煮 コンソメスープ	ご飯 鶏肉のレモン塩こうじ炒め ちくわと青菜の煮びたし 春雨スープ	ご飯 赤魚の煮つけ オクラとわかめのさっぱり和え みそ汁	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1469	1373	1423	1440	1474	1381	1467
	タンパク質(g)	64.3	55.6	55.8	57.9	58.9	49.4	55.4
	脂質(g)	44.3	35.4	41.8	39.9	36.5	39.4	49.9
	塩分(g)	6.9	6.3	5.8	6	5.7	7	5.8

# 2025年5月度献立

特別養護老人ホーム 第二好意の庭

※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
日にち	19	20	21	22	23	24	25	
 <b>朝食</b> 	ご飯 ふりかけ 冬瓜の煮物 みそ汁 バナナ	ご飯 のり佃煮 青菜の中華サラダ みそ汁 黄桃缶	ご飯 梅びしお 野菜のトマト煮 みそ汁 白桃缶	わかめご飯 ブロッコリーのおかか和え みそ汁 バナナ	ご飯 ふりかけ キャベツのハムサラダ みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 しろなの和え物 みそ汁 洋梨缶	菓子パン マンゴー缶 牛乳	
<b>昼食</b>	ご飯 ♡鶏肉の焼きバンバンジー または 🍷あじの焼き南蛮 じゃが芋とさつま揚げの含め煮 みそ汁	ご飯 ♡豚肉の中華卵とじ または 🍷たらの南部焼き 厚揚げと大根の煮物 中華スープ	散らし寿司 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁 フルーツ	今月の新メニュー② 肉そば(和そば) 里芋の煮物 デザート	ご飯 ♡鶏肉のオイマヨ焼き または 🍷さわらの山椒焼き かぶの塩昆布和え けんちん汁	ご飯 ♡鶏肉のおろしソース または 🍷赤魚のみりん焼き ジャーマンポテト すまし汁	ご飯 白身魚の野菜あんかけ 青菜とウインナーの煮物 みそ汁	
 <b>間食</b>	モカロール 牛乳	手作り水ようかん	レアチーズケーキ 牛乳	焼きドーナツ 牛乳	もみじ饅頭 牛乳	バラエティ 牛乳	ビタミンゼリー	
<b>夕食</b> 	ご飯 ほきの塩こうじ焼き かぶの塩こうじ和え すまし汁	ゆかりご飯 ふくさ卵 ひじき大豆煮 みそ汁	ご飯 肉団子と白菜のクリーム煮 きゅうりサラダ コンソメスープ	ご飯 鶏肉の胡麻みそマヨ焼き 白菜の和え物 みそ汁	ご飯 豚肉のポン酢炒め ほうれん草の練り胡麻和え みそ汁	ご飯 豚肉の柳川風卵とじ 豆腐サラダ みそ汁	ご飯 麻婆豆腐 バンサンスー ワカメスープ	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal)	1305	1420	1340	1322	1420	1329	1430
	タンパク質(g)	52	59.6	47.4	55.6	55.3	57.8	55.5
	脂質(g)	27.9	39.7	33.2	31.4	37.2	34.4	40.2
	塩分(g)	6.2	6.3	6.3	6.5	7	5.3	5.2

# 2025年5月度献立

特別養護老人ホーム 第二好意の庭

※献立は材料仕入れ等の都合により変更となる場合があります。

曜日	月	火	水	木	金	土	
日にち	26	27	28	29	30	31	
 <b>朝食</b> 	ご飯 梅びしお だし巻き卵 みそ汁 バナナ	ご飯 のり佃煮 大根の信田煮 みそ汁 みかん缶	菜飯 <small>キャベツのかにかま和え</small> みそ汁 白桃缶	ご飯 ふりかけ <small>ブロッコリーのおかか和え</small> みそ汁 バナナ	ご飯 たいみそ 白菜のツナ煮 みそ汁 フルーツカクテル	ご飯 のり佃煮 大根サラダ みそ汁 洋梨缶	
 <b>昼食</b>	リクエストメニュー ジャージャー麺 大根のナムル 卵スープ フルーツ	ご飯 ♡豆腐ハンバーグ または ♡カレイの梅肉焼き オクラのとろろ和え すまし汁	ご飯 ♡八宝菜 または ♡エビチリ シュウマイ 中華スープ	ご飯 ♡ポークチャップ または ♡さわらのつけ焼き 大根のそぼろ煮 みそ汁	ワールドトリップ スペイン パエリア スペイン風オムレツ シーザーサラダ サルモレホ風	ご飯 ♡鶏肉と厚揚げの和風炒め または ♡赤魚のもろみみそ焼き 白菜の和え物 すまし汁	
 <b>間食</b>	チョコケーキ 牛乳	きなこパンケーキ 牛乳	市販のおやつ 牛乳	手作りババロア 牛乳	オレンジケーキ 牛乳	コーヒーゼリー 牛乳	
<b>夕食</b> 	ご飯 さばの生姜煮 青菜のなめたけ和え すまし汁	ご飯 鶏のすき煮 茄子の炒め物 みそ汁	ご飯 白身魚のちゃんちゃん焼き 切り干し大根の煮物 すまし汁	ご飯 バーベキューチキン ポテトサラダ コンソメスープ	ご飯 たらの胡麻焼き 青菜のかにかま和え みそ汁	わかめご飯 千草焼き じゃが芋とマスタード炒め みそ汁	
一日当たりの 栄養価	エネルギー(Kcal) タンパク質(g) 脂質(g) 塩分(g)	1392 59.1 41.5 6.9	1341 52.1 35.2 6.6	1362 52.2 34.1 7	1460 65.1 37.7 5.9	1310 57.2 28.9 59	1354 60.7 31.5 5.8

