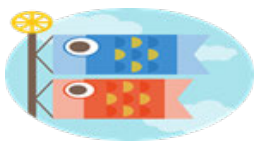
2025 年 5 月 月間献立表　第二清風園



	5月1日（木）	5月2日（金）	5月3日（土）	5月4日（日）	5月5日（月）	5月6日（火）	5月7日（水）
朝食	○御飯 ○ｷｬﾍﾞﾂのｿﾃｰ　朝 ○カリフラワー甘酢和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○御飯 ○ぜんまいと揚げの煮物 ○ﾊﾞﾌﾞﾘｶの和風和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁	○御飯 ○竹輪と大根の煮物 ○ほうれん草のｸﾙﾐ和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○南瓜リゾット ○大豆のトマト煮 ○果物缶(白桃) ○Caヨーグルト ○コンソメスープ	○御飯 ○なすの煮つけ ○かぶのゆかり和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁	○御飯 ○ｻﾂﾏ揚げと白菜の炒煮 ○もやしのたくあん和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○玉子の白湯雑炊 ○厚揚げの旨塩煮 ○果物缶（黄桃） ○Caヨーグルト ○中華スープ
昼食	○御飯 ○豚焼き肉 ○ﾁﾝｹﾞﾝ菜の煮びたし ○ひじきサラダ ○味噌汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○プリン	○御飯 ○鰆の照り焼き ○かぶのそぼろ煮 ○ｵｸﾗの梅和え ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ババロア	○御飯 ○エビチリ豆腐 ○ﾍﾞｰｺﾝとｶﾘﾌﾗﾜｰ中華煮 ○春雨サラダ ○中華スープ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○マスカットゼリー	○御飯 ○豚肉のごま味噌炒め ○大根のかにあんかけ ○セロリと竹輪の酢の物 ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○カルピス	○山菜ご飯 ○白身魚フライ ○がんもの煮物 ○菜の花のお浸し ○味噌汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○こどもの日ゼリー	○御飯 ○ポークチャップ ○白菜のミルク煮 ○ビーンズサラダ ○コンソメスープ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○キャラメルプリン	○御飯 ○ぶりのピリ辛焼き ○大根の中華炒め ○人参とｶｲﾜﾚの中華和え ○春雨スープ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○オレンジゼリー
夕食	○御飯 ○鱈のコーンマヨ焼き ○人参ソテー ○マカロニサラダ ○コンソメスープ	○御飯 ○鶏肉の七味焼き ○蕗の甘辛炒め ○キャベツの胡麻和え ○味噌汁	○御飯 ○五目卵焼き　和風あん ○しゅうまい ○野菜の甘酢和え ○味噌汁	○御飯 ○鯖の甘辛焼き ○ﾓﾔｼと木耳の中華炒め ○白菜の中華サラダ ○中華スープ	○御飯 ○鶏肉のﾊﾆｰﾏｽﾀｰﾄﾞ炒め ○スナップのｿﾃｰ ○コールスローサラダ ○コンソメスープ	○御飯 ○シルバーの南蛮漬け ○ｶﾘﾌﾗﾜｰの生姜炒め ○小松菜のお浸し ○清汁	○御飯 ○鶏肉のレモン焼き ○三色稲荷の煮物 ○海藻サラダ ○味噌汁
栄養量目安	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1601 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 62.2 g [脂　質] 36.8 g [炭水化物] 249.1 g [塩　分] 6.7 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1531 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 63.0 g [脂　質] 32.5 g [炭水化物] 237.9 g [塩　分] 7.3 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1558 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 58.9 g [脂　質] 33.2 g [炭水化物] 247.7 g [塩　分] 7.7 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1576 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 63.4 g [脂　質] 39.7 g [炭水化物] 233.6 g [塩　分] 6.9 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1586 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 62.8 g [脂　質] 31.7 g [炭水化物] 255.0 g [塩　分] 7.9 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1517 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 59.8 g [脂　質] 27.9 g [炭水化物] 249.8 g [塩　分] 6.3 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1588 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 61.2 g [脂　質] 44.8 g [炭水化物] 220.4 g [塩　分] 7.9 g

	5月8日（木）	5月9日（金）	5月10日（土）	5月11日（日）	5月12日（月）	5月13日（火）	5月14日（水）
朝食	○御飯 ○ｿｰｾｰｼﾞと野菜ソテー ○インゲンのﾄﾞﾚ和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○御飯 ○冬瓜の甘辛炒煮 ○こごみの胡麻和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁	○御飯 ○茄子の肉味噌炒め ○青梗菜の和え物 ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○中華スープ	○五目雑炊 ○刻み昆布の炒り煮 ○果物缶（洋梨） ○Caヨーグルト ○味噌汁	○御飯 ○じゃが芋とﾂﾅの煮物 ○ｲﾝｹﾞﾝの胡麻和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○御飯 ○白菜とﾊﾑのｸﾘｰﾑ煮 ○南瓜のﾄﾞﾚｼﾝｸﾞ和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○コンソメスープ	○鮭粥 ○肉団子の煮込み ○果物缶（カクテル缶） ○Caヨーグルト ○清汁
昼食	○キーマカレー ○ほうれん草ﾊﾞﾀｰｿﾃｰ ○小エビのサラダ ○パインムース ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ピーチティー	○御飯 ○厚揚げのとろみ煮 ○白菜の炒り煮 ○きのこサラダ ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ココア	○御飯 ○鯵の幽庵焼き ○豆腐しゅうまい ○オクラのおかか和え ○味噌汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○バナナムース	○★母の日★ ○かにちらし ○炊き合わせ ○冬瓜の冷やし小鉢 ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○水ようかん（抹茶）	○焼きそば ○餃子 ○浅漬け風サラダ ○果物缶（黄桃） ○☆★☆おやつ☆★☆ ○オレンジジュース	○御飯 ○魚介と厚揚げの中華煮 ○ﾎｳﾚﾝ草の炒めもの ○ｱｽﾊﾟﾗのﾂﾅ和え ○卵スープ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○カフェオレ	○御飯 ○鶏肉のから揚げ ○なべしぎ ○ひじきサラダ ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○青リンゴゼリー
夕食	○御飯 ○ﾒﾙﾙｰｻの照り焼き ○ビーフンの炒め物 ○ｷｬﾍﾞﾂとﾂﾅのﾏﾖ和え ○味噌汁	○御飯 ○ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ ○ｽﾅｯﾌﾟのﾋﾟｰﾅﾂ炒め ○南瓜サラダ ○コンソメスープ	○御飯 ○チンジャオロース ○かぶとｴﾋﾞの炒り煮 ○カイワレのサラダ ○わかめスープ	○御飯 ○ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞﾃﾞﾐｿｰｽ ○しめじとｽﾅｯﾌﾟのｿﾃｰ ○トマトサラダ ○ミルクスープ	○御飯 ○赤魚の粕漬け ○大根の煮物 ○もやしの柚子和え ○清汁	○御飯 ○鶏肉のｶﾞｰﾘｯｸ炒め ○ﾊﾝﾍﾟﾝの煮物 ○野菜のポン酢和え ○清汁	○御飯 ○ﾊﾞｻのﾑﾆｴﾙ　ｵﾆｵﾝｿｰｽ ○キャベツソテー ○カリフラワーサラダ ○コンソメスープ
栄養量目安	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1507 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 62.4 g [脂　質] 33.1 g [炭水化物] 235.7 g [塩　分] 7.6 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1634 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 57.2 g [脂　質] 42.2 g [炭水化物] 240.3 g [塩　分] 6.4 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1600 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 62.3 g [脂　質] 44.7 g [炭水化物] 222.1 g [塩　分] 7.7 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1565 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 59.2 g [脂　質] 33.2 g [炭水化物] 252.0 g [塩　分] 7.9 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1627 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 61.2 g [脂　質] 34.8 g [炭水化物] 258.1 g [塩　分] 6.2 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1526 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 59.6 g [脂　質] 30.0 g [炭水化物] 241.0 g [塩　分] 6.7 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1605 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 65.3 g [脂　質] 44.2 g [炭水化物] 235.3 g [塩　分] 7.9 g

	5月15日（木）	5月16日（金）	5月17日（土）	5月18日（日）	5月19日（月）	5月20日（火）	5月21日（水）
朝食	○御飯 ○炒り豆腐 ○ｵｸﾗの梅和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁	○御飯 ○白菜とツナの煮びたし ○アスパラサラダ ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○御飯 ○竹輪と大根の煮物 ○ｶﾘﾌﾗﾜｰの中華ﾄﾞﾚ和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○中華ｽｰﾌﾟ	○ほうれん草ﾘｿﾞｯﾄ ○ウィンナーポトフ ○果物缶(白桃) ○Caヨーグルト ○コンソメスープ	○御飯 ○卵とじ ○小松菜のたくあん和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁	○御飯 ○ｿｰｾｰｼﾞと野菜ソテー ○もやしのﾌﾚﾝﾁﾄﾞﾚ和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○コンソメスープ	○かに雑炊 ○白菜と薩摩ﾎﾞｰﾙの煮物 ○果物缶（黄桃） ○Caヨーグルト ○味噌汁
昼食	○御飯 ○鯖の胡麻照り焼き ○かに玉（温小鉢） ○海藻サラダ ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○カルピス	○御飯 ○スパニッシュオムレツ ○ピーマンソテー ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾄﾞﾚ和え ○コンソメスープ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○きなこムース	○郷土食　岐阜メニュー ○御飯 ○鶏ちゃん ○菜の花の煮浸し ○卵豆腐 かぶすり流し ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ミルクティ	○御飯 ○豆腐の味噌煮込み ○いんげんの炒め煮 ○ｵｸﾗとｴﾋﾞの胡麻ｻﾗﾀﾞ ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○パインゼリー	○御飯 ○鰺のマヨネーズ焼き ○ｽﾅｯﾌﾟと笹ｶﾏの炒め物 ○ほうれん草の辛子和え ○味噌汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○水ようかん	○ゆかりご飯 ○肉じゃが ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾋﾟｰﾅﾂ炒め ○切干大根のサラダ ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ムース	○御飯 ○鶏肉のﾀﾗｺﾏﾖ焼き ○茄子のｿﾃｰ ○コールスローサラダ ○コンソメスープ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○いちごゼリー
夕食	○御飯 ○豚肉の生姜煮 ○隠元と竹輪の炒め ○和風マカロニサラダ ○味噌汁	○御飯 ○カレイのきのこあん ○里芋の煮物 ○小松菜のﾋﾟｰﾅﾂ和え ○味噌汁	○御飯 ○八宝菜 ○スナップの塩炒め ○春雨サラダ ○中華スープ	○御飯 ○たらの梅焼き ○さつま揚げの煮物 ○わかめの酢の物 ○味噌汁	○御飯 ○タンドリーチキン ○きのこのコンソメ煮 ○レタスチーズサラダ ○コーンスープ	○御飯 ○たらの煮付け ○ﾁﾝｹﾞﾝ菜の炒めもの ○春雨と野菜の和え物 ○味噌汁	○御飯 ○厚揚げの和風炒め ○かぶの炒り煮 ○いんげんの胡麻よごし ○清汁
栄養量目安	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1621 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 66.4 g [脂　質] 40.7 g [炭水化物] 233.1 g [塩　分] 8.0 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1533 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 57.5 g [脂　質] 32.3 g [炭水化物] 234.0 g [塩　分] 6.4 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1589 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 65.4 g [脂　質] 37.8 g [炭水化物] 241.9 g [塩　分] 7.6 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1523 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 66.3 g [脂　質] 31.2 g [炭水化物] 237.4 g [塩　分] 7.6 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1567 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 68.4 g [脂　質] 35.1 g [炭水化物] 238.6 g [塩　分] 7.2 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1522 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 60.6 g [脂　質] 32.8 g [炭水化物] 240.1 g [塩　分] 8.0 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1590 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 63.1 g [脂　質] 42.4 g [炭水化物] 232.6 g [塩　分] 7.4 g

	5月22日（木）	5月23日（金）	5月24日（土）	5月25日（日）	5月26日（月）	5月27日（火）	5月28日（水）
朝食	○御飯 ○里芋のそぼろあん ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの梅和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○御飯 ○豆腐とひじきの炒煮 ○ｷｬﾍﾞﾂのﾄﾞﾚ和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○御飯 ○ぜんまいと揚げの煮物 ○かぶのゆかり和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁	○ｴﾋﾞとｻﾞｰｻｲの中華雑炊 ○青菜と竹輪の煮物 ○果物缶（洋梨） ○Caヨーグルト ○清汁	○御飯 ○薩摩揚と小松菜の炒煮 ○いんげんの白和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○中華スープ	○御飯 ○白菜とﾊﾑのｸﾘｰﾑ煮 ○ﾎｳﾚﾝ草のﾏﾖ和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○コンソメスープ	○鮭わかめ雑炊 ○大根とツナの煮物 ○果物缶（カクテル缶） ○Caヨーグルト ○味噌汁
昼食	○御飯 ○ホッケの塩焼き ○ｱｽﾊﾟﾗとﾍﾞｰｺﾝの炒め物 ○菜の花のくるみ和え ○味噌汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○あずきプリン	○パン２種 ○ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙのﾄﾏﾄｸﾘｰﾑ煮 ○ﾋﾟｰﾏﾝのｿﾃｰ ○グリーンサラダ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○りんごジュース	○味噌ラーメン ○揚げ茄子の中華煮 ○胡瓜とｻﾞｰｻｲ和え ○果物缶（カクテル缶） ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ピーチティー	○御飯 ○赤魚の香味焼き ○南瓜のそぼろあん ○人参の胡麻和え ○味噌汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○プリン	○御飯 ○鶏肉の西京焼き ○じゃが芋とﾂﾅの煮物 ○笹ｶﾏと菜花のﾜｻﾋﾞ和え ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○杏ゼリー	○御飯 ○鰆の山椒焼き ○ｷｬﾍﾞﾂの炒め煮 ○とろろ ○味噌汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ババロア	○けんちんそば ○三色稲荷の煮物 ○わかめの酢の物 ○苺ババロア ○☆★☆おやつ☆★☆ ○ミルクティ
夕食	○御飯 ○豚肉の甘酢炒め ○帆立とキャベツの炒め ○大根サラダ ○中華スープ	○御飯 ○ほきのみぞれ煮 ○さつま芋の甘辛炒め ○春菊の柚子和え ○味噌汁	○御飯 ○ぶりの生姜焼き ○きのこのおかか炒め ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの旨塩ﾄﾞﾚ和え ○清汁	○御飯 ○豚肉の黒酢炒め ○白菜の煮びたし ○ｶﾘﾌﾗﾜｰとﾊﾑのｻﾗﾀﾞ ○清汁	○御飯 ○鯖の照り焼き ○ｱｽﾊﾟﾗの塩炒め ○絹さやの和え物 ○味噌汁	○御飯 ○チキンの香草焼き ○ピーマンの炒め物 ○ｱｽﾊﾟﾗと人参のｻﾗﾀﾞ ○コンソメスープ	○御飯 ○鰺の利休焼き ○茄子とキノコの甘辛炒 ○小松菜のお浸し ○清汁
栄養量目安	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1535 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 63.1 g [脂　質] 37.7 g [炭水化物] 228.9 g [塩　分] 7.3 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1521 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 64.1 g [脂　質] 40.1 g [炭水化物] 230.6 g [塩　分] 7.7 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1528 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 58.5 g [脂　質] 37.2 g [炭水化物] 233.2 g [塩　分] 7.0 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1538 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 58.0 g [脂　質] 31.3 g [炭水化物] 247.9 g [塩　分] 6.6 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1537 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 65.4 g [脂　質] 34.5 g [炭水化物] 229.5 g [塩　分] 7.2 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1529 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 58.3 g [脂　質] 36.3 g [炭水化物] 236.2 g [塩　分] 7.4 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1530 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 69.3 g [脂　質] 30.0 g [炭水化物] 235.9 g [塩　分] 7.5 g

	5月29日（木）	5月30日（金）	5月31日（土）	6月1日（日）	6月2日（月）	6月3日（火）	6月4日（水）
朝食	○御飯 ○青菜と厚揚げの煮物 ○ｵｸﾗとﾊﾟﾌﾟﾘｶの和え物 ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○清汁	○御飯 ○ふんわり天の煮物 ○こごみの胡麻和え ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁	○御飯 ○ぜんまいと揚げの煮物 ○胡瓜の和え物 ○Caヨーグルト ○ふりかけ ○味噌汁				
昼食	○御飯 ○豚肉の七味炒め ○かぶの煮物 ○ﾁﾝｹﾞﾝ菜と鶏の和え物 ○清汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○梅ゼリー	○郷土食　福島メニュー ○会津ソースカツ丼 ○こづゆ風煮 ○ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｴﾋﾞのｻﾗﾀﾞ ○杏仁豆腐～ﾌﾞﾄﾞｳｾﾞﾘｰ ○☆★☆おやつ☆★☆ ○レモンティー	○御飯 ○鮭の葱塩焼き ○ﾊﾝﾍﾟﾝと芋の煮物 ○芽株ともやしの和え物 ○かきたま汁 ○☆★☆おやつ☆★☆ ○チョコレートプリン				
夕食	○御飯 ○大豆ﾐｰﾄのｸﾞﾗﾀﾝ ○キャベツソテー ○たまごサラダ ○コンソメスープ	○御飯 ○ｼﾙﾊﾞｰの甘辛味噌焼き ○がんもの煮物 ○白菜のポン酢和え ○清汁	○御飯 ○家常豆腐 ○茄子の中華煮 ○春雨サラダ ○中華スープ				
栄養量目安	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1636 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 63.2 g [脂　質] 43.4 g [炭水化物] 240.7 g [塩　分] 6.8 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1565 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 59.8 g [脂　質] 34.8 g [炭水化物] 239.5 g [塩　分] 6.4 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 1556 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 64.6 g [脂　質] 34.9 g [炭水化物] 237.4 g [塩　分] 7.5 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 0 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 0 g [脂　質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩　分] 0 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 0 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 0 g [脂　質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩　分] 0 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 0 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 0 g [脂　質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩　分] 0 g	[ｴﾈﾙｷﾞｰ] 0 kcal [ﾀﾝﾊﾟｸ質] 0 g [脂　質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩　分] 0 g

＊都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願いいたします。