

2022年度 5月 献立表（おかゆ食）



曜	日	献立名		材料名			
		昼食	午後おやつ	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
月	2	おかゆ はるさめスープ かぼちゃと鶏の煮物	小松菜チーズ粥	わかめ、鶏ささ身、パルメザンチーズ	米、はるさめ、かたくり粉	ブロッコリー、かぼちゃ、玉葱、こまつな	水、だし汁
火	17	おかゆ 和風スープ（人参・玉葱） 鮭の野菜あんかけ	マーラカオ	鮭、あおのり	米、かたくり粉、薄力粉、油、砂糖	にんじん、玉葱、こまつな、もやし、干しぶどう	水、だし汁、A-キウダ、こいくちしょうゆ、水
水	18	おかゆ チンゲンサイのスープ 鶏の二色野菜煮	フルーツヨーグルト（りんご）	鶏ささ身、ヨーグルト	米、かたくり粉	チンゲンサイ、玉葱、ブロッコリー、にんじん、りんご	水、だし汁
木	19	おかゆ みそ汁（小松菜と豆腐） ひじきとさつま芋のうま煮 果物（りんご・バナナ）	青のりスティックパン	絹ごし豆腐、鶏ささ身、ひじき（乾）、あおのり	米、さつまいも、かたくり粉、食パン、バター	こまつな、にんじん、もやし、果物（りんご・バナナ）	水、だし汁、みそ
金	6	スープパグティ 高野豆腐の含め煮	おほか粥	ツナ缶（水煮）、凍り豆腐、わかめ、かつお節	スパグティ、かたくり粉、さつまいも、米	玉葱、にんじん	だし汁、水
月	9	おかゆ 和風スープ（麩とわかめ） チキンポパイ煮	フルーツゼリー（りんご）	わかめ、鶏ささ身、粉寒天	米、麩、かたくり粉	ほうれんそう、にんじん、キャベツ、りんご濃縮還元ジュース	水、だし汁
火	10	おかゆ みそ汁（さつまいも） しらす野菜煮	米粉のどら焼き	しらす干し、豆乳、あずき	米、さつまいも、かたくり粉、米粉、油、砂糖	にんじん、こまつな、もやし	水、だし汁、みそ、A-キウダ
水	11	おかゆ 豆腐スープ 鶏と三色野菜のうま煮	果物（バナナ）	絹ごし豆腐、鶏ささ身	米、じゃがいも、かたくり粉	チンゲンサイ、にんじん、キャベツ、バナナ	水、だし汁
木	12	三色うどん かぼちゃの含め煮 果物（りんご）	青菜粥	鶏ささ身、わかめ、かつお節	うどん（ゆで）、かたくり粉、米	にんじん、かぼちゃ、りんご、こまつな	だし汁、水
金	13	おかゆ 野菜スープ チキンのクリームコーン煮	チーズスティックパン	鶏ささ身、パルメザンチーズ	米、かたくり粉、食パン、バター	キャベツ、にんじん、こまつな、玉葱、クリームコーン缶	水、だし汁
月	16	おかゆ みそ汁（大根） 鶏と青菜の煮びたし	ツナ粥	鶏ささ身、ツナ缶（水煮）	米、かたくり粉	だいこん、ほうれんそう、玉葱、にんじん	水、だし汁、みそ

※味付けに、塩・砂糖・醤油・味噌の調味料を使用します。

※都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。

