グランデージ北湘南『安心ハウス』 平成 27年 5月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1日	2日
朝						ご飯・味噌汁(豆腐　ふのり　ネギ)・牛乳・煮物(京がんも　大根　こんにゃく　本シメジ　焼きちくわ・いんげん)・温泉卵・香の物(たくあんの醤油漬け)・えんどう豆	ご飯　・味噌汁(豆腐　ごぼう　大根葉)・牛乳・つくね盛り合わせ(つくね串　生野菜　みかん)・大根ととり牛蒡(大根・ほうれん草・とり牛蒡・人参)・香の物(みそ漬け)
昼						にしんそば(そば・大根おろし・長葱・ほうれん草・たれ・甘露にしん)・かすべのヌタ(かすべ・酢・万能ねぎ・酢みそ)・香の物(カツオ沢庵)・デザート(バナナホットケーキ)	スープ(生姜　野菜　ミックスV)・たらこスパゲッティー(刻みのり・生クリーム・牛乳・たらこソース・カイワレ)・サラダ(とりササミ・Gアスパラ・大根・カラーピーマン・レタス)・コーヒー
夕						ご飯・味噌汁(ふき　油揚げ　とろろ昆布)・揚げ豆腐(舞茸・三つ葉・えのき・本シメジ・生シイタケ・人参)・コールスローサラダ(キャベツ　新玉葱　りんご・レーズン　コールスロー)・香の物(浅漬け)・きくらげの桜あん	ご飯・味噌汁(小松菜　あげ　はんぺん)・千魚の焼きもの(千魚　大根おろし　くだもの)・高野豆腐の含め煮(高野豆腐・人参　本しめじ　いんげん・大根)・香の物(しょう油漬け)
	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
朝	ご飯・みそ汁(豆腐・長葱)・牛乳・さんま蒲焼の盛合せ(さんま缶・玉葱・カーネルコーン・ベーコン)・くだもの・長芋花カツオ・香の物	ご飯・みそ汁(豆腐　ネギ　ふのり)・牛乳・ベーコンエック(ベーコン・生野菜　くだもの)・切り干し大根の中華炒め(切り干し大根・ごぼう・ピーマン・ごま油)・香の物(なまくら漬け)・煮豆	ご飯・みそ汁(小松菜　はんぺん　人参)・牛乳・野菜のソテー(豚小間切・生椎茸　本しめじ　人参　もやし・玉葱・キャベツ)・絹豆腐くず煮(絹豆腐・味付き椎茸　カニカマ)・香の物	ご飯・みそ汁(絹豆腐　長ネギ　生のり)・牛乳・焼き魚(魚　大根おろし　きだるの)・ひじきの炒め煮(ひじき・油揚げ・味付き椎茸)・香の物	ご飯・みそ汁(南瓜　エリンゲ　万能ねぎ)・牛乳・煮物(椎茸・京がんも・大根・人参・焼きちく・いんげん)・納豆オクラ入り(オクラ・長ネギ・野沢菜)・香の物(玄米漬け)・人参の卵とじ	ご飯・みそ汁(しめじ　豆腐　長葱)・牛乳・伊東のてんぷら(角天　大根おろし　トマト)・和え物(鶏ささみ・いんげん・人参)・香の物・えんどう豆	ご飯・みそ汁(本シメジ生ワカメ・長葱)・牛乳・カレーオムレツ(卵・肉みそ・生野菜　キューイ)・根菜炒め(ごぼう・クレソン・人参・大根)・小鉢(味付きしなちくと新玉葱)・香の物
昼	ご飯・みそ汁(椎茸　ネギ　花麩)・カキとじ丼(カキフライ・玉葱・竹の子・生椎茸・みつば・卵・もみのり)・お浸し(にら・花カツオ)・香の物(浅つけ)	焼き立てパン(フレンチトースト・デニッシュスクエア・十勝あんパン)・ミネストローネ(にんにく・芋・キャベツ・人参・トマト水煮缶・ベーコン・ローリエ)・デザート(ブドウゼリー・白玉・柿・リンゴ・もも)・コヒー	かに雑炊(カニかま・ごぼう・竹の子・みつば・椎茸・みつば・玉子・だし汁)・小さい盛合わせ(クリームコロッケ・枝豆　生野菜　トマト)・香の物(茎レタス)	豚肉とキノコうどん(豚バラ肉・本しめじ・椎茸　ほうれん草)・ミニ寿し(しめ鯖・味付椎茸・胡瓜・とびっこ)・マヨネーズ和え(レタス・さんま缶)甘酢生姜	スープ(大根　ごぼう　長葱)・北湘南オムレツ(鶏肉・玉葱・ピーマン・人参・オムレツソース・生クリーム)・トマトの中華サラダ(中華クラゲ　トマト)・福神漬け	鍋焼きみうどん(うどん　だし汁　味付きキツネ　油揚げ　大根　ほうれん草　なると　長葱)・ゆず和え(玉葱・白菜・ゆずポン)・デザート(白玉芋・あずき)	スープ(大根・わかめ・生姜)・焼立てパン(レーズンぱん・バナナぱん・金時パン・コーヒーロール)・サラダ(胡瓜・トマト・オホーツク・レタス)・コーヒー
夕	五穀米入りご飯・さつま汁(とりモモ肉　人参・ごぼう　豆腐・大揚げ　長葱・コンニャク)・盛合わせ(南瓜コロッケ・板かま・生野菜・トマト)・ピーナツ和え(ほうれん草　人参・ピーナツ)・香の物(カツオ沢庵)	ご飯・みそ汁(ぶなp・あげ)・煮魚(昆布・生姜・コンニャク)・スパゲティーサラダ(スパゲティー　サラミ・ケチャップ・マヨネーズ・人参　ゆで卵　胡瓜　玉葱)・煮物(いんげんとごぼう)・香の物(カブと胡瓜漬け)	ご飯・みそ汁(天ぷらかまぼこ・ワカメ・ねぎ)・とう板焼き(甘えび　銀鮭・玉葱　エリンギ　南瓜・もやし・ピーマン・ごまだし)・ナムル(小松菜　えのきだけ　胡瓜　ロースハム　人参)・香の物(ベッタラ漬け)	桜寿し(酢飯・桜寿しの素・味付き椎茸・絹さや)・八杯汁(絹豆腐・生椎茸・みつば・でん粉)・盛合せ(厚焼き玉子・竜田揚げ・レタス・オレンジ)・鯖缶と揚げ茄子の味噌炒め)・香の物(ピリ辛胡瓜)	ご飯・みそ汁(エリンゲ　南瓜)・豚ロースたれ付焼き(豚ロース・生姜・ケチャップ　生野菜　トマト)・ビーフン炒め(ビーフン・イカ・玉葱・キャベツ・バラ肉)・香の物(ベッタラ漬け)	ご飯・みそ汁(すり身　にら　芋)・焼き魚(大根おろし・Gフルーツ)・炒り豆腐(豆腐・ごぼう・万能ねぎ・ひじき・ひき肉)・しなちくと胡瓜和え(味付きしなちく・胡瓜)・香の物(胡瓜漬け)	ご飯・みそ汁(じゃが芋　はんぺん　大根葉)・さんま井(さんま・たれ・でん粉・小麦粉　白滝・ほうれん草)・ほっきサラダ(ほっきサラダ・胡瓜・玉葱・レタス)・小鉢(納豆腐・花かつお)
	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
朝	お粥・みそ汁(キャベツ・揚げ・椎茸)・牛乳・焼き魚(一塩鯖　大根おろし　パイン)・青菜とちくわの炒め物(ほうれん草　コーン　焼きちくわ)・小鉢(ポテトとワカメ和え)香の物	ご飯・みそ汁(そうめん　がんも　薬味)・牛乳・炊き合わせ(ごぼう　人参　竹も子　とり肉　ほうれん草　椎茸)・だし巻き卵とお浸し(卵　白菜ロール　きざみ海苔　トマト)・一夜漬け・花豆	ご飯・みそ汁(絹豆腐　青ねぎ　カットワカメ)・牛乳・山菜の炒め煮(山菜水　天ぷら　黒コンニャク　人参)・納豆(しらす　野沢菜　長ネギ)・バナナ	ご飯・味噌汁(大根葉・焼き豆腐・ワカメ)・牛乳・焼き魚(ニシン　大根おろし　トマト)・春雨とピーマンの炒め煮(緑豆春雨・ピーマン・ひき肉・人参)・香の物(胡瓜漬け)	ご飯・味噌汁(しめじ　ほうれん草揚げ)・牛乳・煮物(ミニ春雨巾着　里芋　人参　いんげん　本シメジ　天ぷら)・生卵・香の物・フルーツヨーグルト・くだもの	ご飯・味噌汁(豆腐　わかめ)・牛乳・盛合わせ(ミートボール　トマトケチャップ　生野菜　アスパラ缶)・めかぶとろろ(長芋　めかぶ)・香の物	ご飯・味噌汁(大根・人参・油揚げ)・焼き魚(鮭ハラス　大根おろしリンゴ)・身欠きにしんと根菜の炒め煮(大根・ごぼう・にしん・人参・だし汁・醤油)・香の物(白菜と胡瓜の漬物)
朝	かき玉そうめん(そうめん・だし汁・生ワカメ・みつば・玉子・でん粉)・桜寿しのいなり(酢飯・さんしょうの芽・ゆず・さくらずし)・イタドリの炒め煮(イタドリ・オイスターソース・油)・香の物	サンドウィッチ(ゆで卵　ポテト　胡瓜　玉葱　ハム　チーズカット　菓子パン)・あさりのカレーシチュー(あさり水煮　キャベツ　玉葱　牛乳　カレール　小麦粉　ミックスV)・ヨーグルトラズリーソースかけ(ヨーグルトバナナ・煮りンゴ)・コーヒー	休み	にゅう麺(そうめん　竹の子　本シメジ　生椎茸　板かま)・一口おこぎり(おかか　うめ　しそ)・デザート(きな粉バナナ)・香の物(胡瓜漬け)	中華スープ(生姜・ねぎ・わかめ・春雨)・鮭チャーハン(コンソメ　鮭　玉葱　人参・ピーマン　玉子)・サラダ(レタス・玉葱・チーズ・コーン)・香の物(福神漬け)	かき揚げそば(そば　だし汁　玉葱・春菊・から揚げ粉　油揚げ　大根　ほうれん草　なると　長葱)・新ためねぎともずく酢(新玉葱・もずく・イタリアン・トマト)・牛乳寒天(牛乳・キューウイ・アガゼリー・生クリーム)	スープ(生姜　きくらげ　春雨)・梅スパゲティー(スパゲティー　梅漬け・ツナ缶・大葉・マヨネーズ)・サラダ(レタス　大根・アスパラ・ピアソー)・デザート(黒糖ゼリー)
夕	ご飯・番茶・とりのタタキ鍋(鶏ひき肉・長葱・生姜・でん粉・玉子・焼き豆腐・白菜・ほうれん草・人参・くず・エノキダケ・大根)・含め煮(里芋・人参・味付き椎茸・がんも・ブロッコリー)・酢の物(胡瓜　〆さばじゅん菜)・香の物(たくあん)	ワカメご飯(ワカメ)・みそ汁(ブナピー　しめじ　きゃべつ)・焼き魚(赤魚かす漬け　大根おろし・オレンジ)・肉じゃが(豚カタロース　芋　玉葱　人参　白滝　生姜)・香の物(なまくら漬け)・イタドリ炒め煮	ポークカレー(豚角切り肉　芋　玉葱　人参　にんにく　ハイグレード)・盛合わせ(レタス　胡瓜　アスパラ　ゆで卵　トマ・アスパラ缶b)・デザート(オレンジジュース・Gフルーツ)・香の物(福神漬け・らっきょう)	ご飯・みそ汁(椎茸)、大根・みつば)・ヒレ勝盛合わせ(豚ヒレ肉　生野菜　・トマト)・なめたけ和え(キャベツ・オホーツク　人参　なめたけ)・小鉢(にニンジごまみそ炒め・香の物(みそ漬け)	・ご飯　・うどん汁(干しうどん　油揚げ　長葱)・鯖の味噌煮(生姜・みそ揚げ茄子)・豚しゃぶサラダ(豚しゃぶロース　レタス　人参　胡瓜　ミズ菜)・香の物(白菜醤油漬け・みそ漬け)・稚貝と胡瓜のマヨネーズ和え	ご飯・味噌汁(豆腐　本シメジ　ねぎ)・みそみおでん(大根　豚バラ肉　茹で卵　こんやく　人参　)・マカロニサラダ(マカロニ・ソーセージ・芋・玉葱・胡瓜　レタス)・香の物(胡瓜漬け)	ご飯・味噌汁(白菜　はんぺん　長葱)・魚の漬け焼き(マス味付き　甘酢大根　オレンジ)・里芋のそぼろ煮(里芋　とりひき肉　いんげん　でん粉)・香の物(カツオ沢庵)・ゆばさし身
	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
朝	ご飯・みそ汁・牛乳・かに玉あんかけ(卵　かにむき身　かに玉の素　生野菜　オレンジ)・ふきの炒め煮(ふき　黒こんにゃく　焼きちくわ)・香の物・佃煮	ご飯・みそ汁・牛乳・はんぺんピカタ焼き(はんぺん　小麦粉　青海苔　卵　アスパラ缶　カーネルコーン　玉葱　ウインナー)・和風ナムル(春雨・にんじん・小松菜)・香の物	ご飯・みそ汁(とりごぼう　水菜　豆腐)・牛乳・スペイン風オムレツ(南瓜　玉葱　ベーコン　卵　レタス　生野菜)・ほうれん草のかつお和え(ほうれん草　花かつお)・香の物(一夜漬け)・松前漬け	ご飯・みそ汁(豆腐・わかめ・カブの葉)・牛乳・焼き物(角ハム　温野菜　アスパラ　ブロッコリー　人参)・とりレバー炒め煮(とりレバー　玉葱　にら　生姜　白滝　人参)・香の物(一夜漬け)・塩から	ご飯・みそ汁・牛乳・湯豆腐セット(豆腐　白菜　昆布　長ネギ　生椎茸　生姜)・とりごぼう(人参　いんげん)・白菜　胡瓜の漬物	ご飯・味噌汁(南瓜　なす　ワカメ)・牛乳　・チーズ入りオムレツ(玉子　生野菜　くだもの)・切干大根炒め煮(切り干し大根・人参・マフラー)・竹の子佃煮・香の物	ご飯・味噌汁(大根　人参　ほうれん草)・牛乳・伊東の天ぷら野菜入り(大根おろし　オレンジ)・切り昆布(切り昆布・人参・シーチキン)・香の物(胡瓜)・ちりめん
昼	スープ・焼きそば(むき海老・豚バラ肉・人参・もやし・にら・キャベツ・イカ)・くだもの・香の物(紅しょうが)	焼きたてパン(南瓜パン　天かまロール　ツイストカスタード　あんぱん)・ベジタブルスープ(ミックスV　玉葱　キャベツの芯　芋　にんにくロースハム)・サラダ(サーモン　海藻　胡瓜)・コーヒー	みそ汁(ワカメ・カブ茎・油揚げ)・おにぎりセット(ハムサンドみそフライ・のりチーズロール・生野菜・パイン)・カスペのヌタ(カスペ・長葱・酢みそ)・塩キャラメルプリン(牛乳)・香の物(みそ漬け)	雑煮汁(大揚げ・大根・ごぼう・干しシイタケ・餅・長葱・みつ葉)・ゆかりご飯・盛合せ(新玉葱とかつお節・ゴーヤちゃんぶる)・香の物	スープ(ベーコン・ハンペン・牛バラ肉・玉葱　糸寒天　)・ハッシュドビーフ(牛ばら肉　玉葱　ルー　竹の子　エリンギ　人参)・サラダ(トマト・クリームチーズ・なすび・レタス)・福神漬け　らっきょ	トン汁きし麺(大根　ほうれん草　人参　豚バラ肉　ごぼう　きし麺　長ネギ)・豆腐サラダ(豆腐・新玉葱・ごまドレッシング・トマト)・苺大福(イチゴ・白玉・あん・片栗粉)香)の物(ベッタラ漬け	抹茶入り玄米茶・小豆粥(小豆塩・盛り合わせ(さんま香味揚げ　レタスドレッシング　エビチーズ焼きイチゴ　うどの天ぷら)・煮物(大根・人参・京ぶき・コンニャク・天ぷら)・香の物(梅・たくあん)
夕	ご飯・みそ汁・マリネ風(魚・生野菜・タルタルソース・茹で卵・玉葱・水菜)・とびっこ和え(ほうれん草・胡瓜・とびっこ・ナルト)・香の物(カツオ沢庵)	ご飯・みそ汁(ワカメ　芋　ネギ)・焼き魚(魚　大根おろし)・マーボー豆腐(豆腐　豚ひき肉　にんにく　長ネギ　甜麺醤　ごま油)・香の物・味付きメンマ	ご飯・みそ汁(南瓜・ワカメ)・煮込みみみハンバーグ(合いびき肉　デミグラスソース　玉葱)・春雨サラダ(春雨　ロースハム　もやし)・香の物(ベッタラ漬け)	ご飯・みそ汁(キャベツ　ニラ　卵)・煮魚(魚　生姜　コンニャク)・ポテトサラダ(マカロニ　玉葱　胡瓜　茹で卵　ソーセージ　マヨネーズ　レタス)・香の物(たくあん)	ご飯・たら汁(鱈　大根・コンニャク・本シメジ・わかめ・芋・ネギ)・(エビ入り海鮮餃子・生姜・ネギ・オレンジ)・ごま和え(カブの茎　すりごま　人参　いか　ほうれん草　人参)・香の物(こうじ沢庵)	ご飯　・和風スープ(もやし　油揚げ)・タンドリーチキン(鶏肉　生野菜　トマト)・いんげん炒め煮(いんげん・人参・黒コンニャク・ほうれん草)・香の物(かぶ)・はくさいのお浸し	ご飯・味噌汁(はんぺん　ネギ　がんも)・グリーンアスパラ入りたらホイル焼(鯖　みそマヨネーズ　ピーマン　生椎茸　マッシュポテト　カーネルコーン)・豆腐の卵とじ(豆腐　ニラ　ごぼう　本しめじ　人参　玉子)・切り干し大根みつ葉入り・香の物(かぶの塩麹漬け)
	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
朝	ご飯・味噌汁(ネギ　椎茸　人参)・牛乳・はんぺんのチーズサンド(はんぺん　カットチーズ　生野菜　オレンジ)・金平ごぼう(人参・ピーマン・ごぼう)・香の物・うどの煮物	ご飯・味噌汁(はんぺん　人参　地のり)・牛乳・鯖水煮の山かけ(長芋　卵黄　醤油)・春雨サラダ(春雨・ロースハム・薄焼き卵・胡瓜)・香の物・ふきの佃煮	ご飯・味噌汁(椎茸　大根　ねぎ)・牛乳・キャベツのマフラー煮(人参・てんぷら・ひじ　本しめじ　青菜)・納豆(しらす　玉葱)・くだもの(バナナ・柿)	ご飯・味噌汁(かぶの茎　地のり)・牛乳・焼き魚(魚　大根おろし　トマト)・高野豆腐の卵とじ(カット高野豆腐　人参　味付き椎茸　いんげん卵)・数の子松前	ご飯・味噌汁(南瓜　花麩　ミツ葉)・牛乳・プレーンオムレツ(卵　生野菜　トマト　生クリーム)　・大豆とひじきの炒め煮(茹で大豆　いんげん　にんじん　ごぼう　ひじきとり肉)・香の物	**ご飯・味噌汁(豆腐　ふのりネギ)・牛乳・煮物(京がんも　大根　こんにゃく　本シメジ　地ふき)・温泉卵・香の物(胡瓜　なす)・リンゴ**	ご飯　・味噌汁(豆腐　ごぼう　大根葉)・牛乳・焼き物(つくね串　生野菜　キューイ)・ごぼう炒め(とり牛蒡・キャベツ・人参)・香の物(胡瓜)
昼	とんこつラーメン(スープ　豚ガラ・焼き豚　ラーメン　もやし　キャベツ　人参・豆乳　長葱)・いかめし(いか・もち米)・香の物(甘酢生姜)	焼きたてパン(レーズンパン　牛乳パン　あんぱん　ベーコン＆チーズサンド)・コーンポタージュ(コーン・バター　玉葱　牛乳　生クリーム)・サラダ(ほうれん草・トマト・人参・ビアソーセージ)・コーヒー	休	・スープカレー(とり肉　揚げ茄子　南瓜　玉葱　ゆで卵　人参)・ご飯・サラダ(生ハム　キャベツ)・香の物	スープ(玉葱　肉団子・ピーマン)・炊き込みピラフ(玉葱　ベーコン　ミックスVコンソメ　バター)・サラダ(生ハム　胡瓜　レタス　大根)・福神漬・デザート(杏仁豆腐)	なめこそば(そば・大根おろし・長葱・ほうれん草・たれ・生なめこ)・豚ヒレソース和え(豚ヒレ・玉葱・ピーマン・人参・ウスターソース・ケチャップ)・デザート(抹茶ゼリー・白玉・豆乳ミルクかけ)・香の物(胡瓜からし漬け)	スープ(生姜　野菜　ミックスV)・ミートソーススパゲッティー(玉葱　ピーマン・ミートソース・ひき肉・スパゲティー)・サラダ(カラーピーマン・レタス・トマト)・コーヒー
夕	ご飯・みそ汁(焼き豆腐・庄内麩・ねぎ)・ジンギスカン(ラム肉・豚スライス・玉葱・ピーマン・人参・キャベツ・たれ)・フルーツヨーグルト(バナナ・フルーツ缶・ヨーグルト)・香の物・お浸し(ほうれん草・花かつお)	ご飯・中華スープ(わかめ　メンマ　春雨)・エビ入り大シュウマイ(エビ入り大焼売・白菜・トマト)・中華サラダ(中華クラゲ　胡瓜　人参　もやし)・香の物	ご飯・赤だし味噌汁(なめこ　絹豆腐　みつば)・お刺身盛り合わせ(そい　まぐろ　えび　大根ケン　大葉)・ズイキの炒め煮(人参　生揚げ　こんにゃく　青葉)・めかぶの茎・Gアスパラ	ご飯・味噌汁(ちじみ菜　すり身)・とりササミピカタ焼き(とりササミ　豚ロース　青のり　生野菜　オレンジ)・奴豆腐(大根おろし　なめたけ)・香の物	五目ご飯(ごぼう・大揚げ・白滝・味付き椎茸・鶏肉・ひじき)　・みそ汁(大根・のり　長葱)・盛合せ(南瓜コロッケ・ほうれん草のお浸し・厚焼き玉g・4)・茄子の味噌炒め(揚げ茄子・みそ・ピーマン・人参)・香の物(紅しょうが)	ご飯・味噌汁(ふき　油揚げ　とろろ昆布)・ぎせい豆腐(むき海老・生シイタケ・ごぼう・人参・大葉)・コールスローサラダ(キャベツ　新玉葱　りんご　コーツスロー)・香の物	ご飯・味噌汁(小松菜　あげ　はんぺん)・千魚(千魚　甘酢大根　菊　海苔　ウインナー)・高野豆腐の含め煮(高野豆腐・人参　本しめじ　いんげん)・香の物(なす　たくあん)