

						2020年5月1日(金)	2020年5月2日(土)	2020年5月3日(日)
朝食						米飯 鶏肉といんげんの煮物 刻み大根の梅肉和え すぐき 味噌汁 牛乳 <b>開設記念日</b>	菓子パン ホワイトシチュー フルーツヨーグルト	米飯 厚焼き玉子 一口がんもの含め煮 大根としその実の漬け物 味噌汁 牛乳
昼食	5月の予定					赤飯 甘鯛のかす漬け焼き 紅白なます 冬瓜と海老の煮物 いちごババロア/吸い物	米飯 回鍋肉 青梗菜と帆立の中華和え 大学芋 味噌汁	秋刀魚の蒲焼どんぶり なす南蛮 白菜と青菜のからし和え 味噌汁
夕食	さくらCafe (ケーキ提供のみ) 5日 端午の節句 12日 母の日 新型コロナウイルス感染拡大に伴い、選択食を中止しております。					米飯 チキンソテー春野菜のせ なすとつみれの煮物 コンポート(甘夏) コンソメスープ	米飯 あじの和風ムニエル わさび胡麻和え 金時豆 味噌汁	米飯 牛肉のスタミナ焼き かぶといんげんのサラダ フルーツ(キウイ) 味噌汁
	2020年5月4日(月)	2020年5月5日(火)	2020年5月6日(水)	2020年5月7日(木)	2020年5月8日(金)	2020年5月9日(土)	2020年5月10日(日)	
朝食	米飯 仙台麩の田舎煮 柚子入り五種なます もやしの胡麻和え 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム オムレツ 温野菜(いんげん) トウモロコシと豆のチリソース煮 コーンクリームスープ 牛乳	米飯 高野豆腐の卵とじ キャベツの梅おかか和え ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 畑の肉とごぼうの旨塩煮 つぼ漬け 味噌汁 牛乳	米飯 大根と里芋のそぼろあん ブロッコリーの胡麻和え 柴漬け 味噌汁 牛乳	米飯 焼き鯖 卵の花 すぐき 味噌汁 牛乳	米飯 肉団子の照り焼き ひじき煮 柴漬け 味噌汁 牛乳	
昼食	米飯 肉じゃが おくらとめかぶの和え物 れんこんきんぴら 吸い物	 <b>端午の節句</b> 中華おこわ 点心盛り合わせ 大根のオイスターソース炒め マンゴープリン ワンタンスープ	米飯 さわらのレモン風味焼きソースかけ ブロッコリーサラダ にんじんソテー コンソメスープ	しょうゆラーメン アスパラと卵の炒め 豆乳プリン	米飯 手作りかぼちゃコロケ 白菜のゆかり和え 冬瓜のくず煮 味噌汁	米飯 牛皿 ふろふき大根 温泉卵 味噌汁	枝豆ご飯 天ぷら 白菜と人参の胡麻酢 かにかまたまごロール 吸い物	
夕食	米飯 ぎんだらの柚子味噌焼き 枝豆腐 きゅうりとかにかまのポン酢和え 吸い物	米飯 鶏肉トマト煮 マカロニサラダ りんごゼリー コンソメスープ	米飯 酢豚 大根サラダ 杏仁豆腐 中華スープ	米飯 さけのハーブ焼き ポテトサラダ ほうれん草のソテー 吸い物	米飯 豚肉と野菜の卵炒め がんもの含め煮 いんげんの炒め物 味噌汁	米飯 かじきのガーリックソテー カリフラワー炒め煮 キャベツの胡麻和え 味噌汁	米飯 豚肉の生姜焼き さつまあげと切り干し大根煮 カリフラワーサラダ 味噌汁	
	2020年5月11日(月)	2020年5月12日(火)	2020年5月13日(水)	2020年5月14日(木)	2020年5月15日(金)	2020年5月16日(土)	2020年5月17日(日)	
朝食	米飯 厚焼き玉子 ピーマンと雑魚のくたくた 大根としその実の漬け物 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム ベーコンと株の煮物 マカロニのトマト炒め ビーンズサラダ コーンクリームスープ 牛乳	米飯 高野豆腐の卵とじ キャベツの梅おかか和え ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 かぼちゃのそぼろ煮 柴漬け 味噌汁 牛乳	米飯 焼き鯖 高野と豆腐と野菜の煮物 すぐき 味噌汁 牛乳	サンドイッチ ミネストローネ風 フルーツヨーグルト	米飯 鶏肉といんげんの煮物 おくらと長芋のあえもの 柴漬け 味噌汁 牛乳	
昼食	米飯 チキンソテーディアブルソース 三色ナムル フルーツ コンソメスープ	米飯 鮭の南部やき風 生揚げ煮 ほうれんそうとえのきののり和え 味噌汁	米飯 油淋鶏 さつま芋サラダ 青梗菜のおひたし 中華スープ	米飯 シルバーの柚あんやき 新じゃがの揚げ煮 白菜としめじのわさび和え 味噌汁	三色どんぶり えびボールとかぶの煮物 紅白なます 味噌汁	米飯 鯖の文化干し焼き 里芋とがんもの煮物 かぶとにんじんの昆布茶和え きのこけんちん汁	スパゲティーミートソース ミモザサラダ フルーツ(オレンジ)	
夕食	米飯 赤魚の粕漬け 揚げ出し豆腐焼きなす添え 人参白和え 味噌汁	米飯 スペイン風オムレツ 菜の花マヨネーズ和え 新玉葱のコンソメ煮 コンソメスープ	米飯 あじの味噌焼き 高菜の炒め物 カリフラワーのゴママヨ 味噌汁	米飯 豚肉のカレー焼き 温野菜のバターソテー コンポート(りんご) 味噌汁	米飯 鯖のオリーブオイル焼き なすのトマト煮 きのごマリネ コンソメスープ	米飯 八宝菜 青梗菜のナムル 杏仁豆腐 中華スープ	米飯 鮭のムニエルクリームソース セロリ炒め キャベツとそら豆の洋風和え物 味噌汁	
	2020年5月18日(月)	2020年5月19日(火)	2020年5月20日(水)	2020年5月21日(木)	2020年5月22日(金)	2020年5月23日(土)	2020年5月24日(日)	
朝食	米飯 さつまあげの炒め煮 おみ漬け白和え あまのり佃煮 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム トマトオムレツ ウィナー セロリミックス コーンクリームスープ 牛乳	米飯 三角厚揚げの含め煮 れんこんおかか煮 たい味噌 味噌汁 牛乳	米飯 ぶりのみりんしょうゆ焼き 白菜と春雨の煮物 ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 鶏肉とレンコンの煮物 つぼ漬け 味噌汁 牛乳	米飯 大根と里芋のそぼろあん 卵の花 すぐき 味噌汁 牛乳	米飯 肉団子の照り焼き にんじんとわかめの土佐煮 大根としその実の漬け物 味噌汁 牛乳	
昼食	米飯 かに玉甘酢あん 春雨の中華和え 三色豆 中華スープ	米飯 豚肉の竜田揚げ とうがんのかにあん ねばねばサラダ 味噌汁	米飯 さばの味噌煮 かぼちゃの胡麻和え れんこん炒め煮 吸い物	米飯 親子煮 大根と人参の甘酢 ブロッコリーとコーンのソテー 味噌汁	米飯 かわいいのチーズフライ 肉団子と野菜の煮物 白菜の梅和え コンソメスープ	米飯 ハッシュドビーフ きゅうりとアスパラのサラダ フルーツカクテル コンソメスープ	米飯 あなごの柳川風 ゴーヤの炒め物 ほうれん草白和え 味噌汁	
夕食	米飯 鶏肉の味噌バター焼き さつま芋の田舎煮 きゅうりの浅漬け&べつたら漬け 吸い物	米飯 さわらの木の芽焼き 大豆の五目煮 小松菜の煮びたし 味噌汁	米飯 キッシュ にんじんサラダ フルーツ(キウイ) コンソメスープ	米飯 太刀魚のバターしょうゆ焼き 炒り豆腐 もずく酢 味噌汁	米飯 青椒肉絲 水餃子 カリフラワーの甘酢和え 中華スープ	米飯 黒むつ煮つけ 春の木の芽和え 茄子のゆかりあえ 味噌汁	米飯 豚肉の韓国焼き 錦糸シュウマイ トマトとザーサイの和え物 中華スープ	

	2020年5月25日(月)	2020年5月26日(火)	2020年5月27日(水)	2020年5月28日(木)	2020年5月29日(金)	2020年5月30日(土)	2020年5月31日(日)
朝食	米飯 厚焼き玉子 なすの吉野煮 柴漬け 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム ウィナー マカロニのチーズクリーム 野菜サラダ コーンクリームスープ 牛乳	米飯 高野豆腐の卵とじ にんじんとピーマンの胡麻和え すぐき 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 かぼちゃのそぼろ煮 柴漬け 味噌汁 牛乳	米飯 根菜入りつくね 刻み大根の梅肉和え ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	ロールパン ロールキャベツ 薄切りベーコン カリフラワーと人参のマリネ カフェオレ	米飯 厚焼き玉子 ブロッコリーの胡麻あえ すぐき 味噌汁 牛乳
昼食	米飯 煮込みハンバーグ コールスローサラダ ズッキーニのコンソメ煮 コンソメスープ	米飯 えびのチリソース煮 エリンギとコーンのソテー 小松菜とにんじんのナムル 中華スープ	ねばねばぶっかけそば さつま揚げと野菜の煮物 水羊羹	米飯 海老カツとコロケ なすの田舎煮 錦糸卵とトマトのサラダ 味噌汁	米飯 豚肉のマスタード焼き 山芋とかまぼこのわさび醤油和え 金時煮豆 吸い物	米飯 かにと豆腐の旨煮 切り干し大根のナムル かぼちゃのフルーツきんとん 中華スープ	米飯 きのこのカレー きゅうりとアスパラのサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ
夕食	米飯 さわらの変わりみそ焼き 海老ボールの煮物 菜の花のピーナツ和え 吸い物	米飯 鶏肉のバーベキュー焼き 大根のコンソメ煮 スパゲティーサラダ コンソメスープ	米飯 豆腐ときのこのグラタン 長芋とアボカドのサラダ コンポート (パイン) コンソメスープ	米飯 鶏肉の味噌照り焼き はんぺんと野菜の煮物 小松菜ともやしのお浸し 吸い物	米飯 たらうに焼き きんぴらごぼう 自家製ごま豆腐 味噌汁	米飯 てごねつくね焼き なすの揚げだし きゅうりとしらすの梅和え 味噌汁	米飯 むつのみりんしょうゆ焼き おから煮 ほうれんそうの和え物 味噌汁



# お花見


















毎年の恒例行事となったお花見です。  
 今年は3/21、24に行いました。

今年は花が早いと聞いていたのに、両日ともに、満開とはなりませんでしたが、  
 好天の下、明るい茶房でお食事会になりました。

今年は趣向を変えて、松花堂弁当と握りずし。

もちろん、お弁当の中には、みんな大好き、てんぷらも入っています。

お寿司はおかわりOK。10貫近く召し上がった方もいて、  
 ふだんはなかなか提供できない生寿司を堪能していただけた  
 と思います。おいしいものを食べる時はみんな笑顔です。

4月のCafeは、ボランティアの自粛のため、ケーキを各ユニットに  
 配って召し上がっていただきました。4月の恒例、いちごデザートです。  
 ユニット調理は春の食材を使ったメニュー。西ブロックで

行いました。左上が8西のちらし寿司、右上が6西の春天丼、  
 右下が7西 袱紗ずしです。菜の花や筍を  
 使って、人参は春らしくさくらの形に。  
 食事で春をお届けします。

## Cafe&調理







