

常食

	平成27年04月27日(月)	平成27年04月28日(火)	平成27年04月29日(水)	平成27年04月30日(木)	平成27年05月01日(金)	平成27年05月02日(土)	平成27年05月03日(日)
朝	イギリスパン スプレッド ベーコンとカリフラワーのクリーム ほうれん草のサラダ コンソメスープ(シメジ・キャベツ) Ca牛乳	御飯 鮭の塩焼き 青菜の信田和え うめびしお 味噌汁(さつま芋・絹さや) Ca牛乳	御飯 ウインナー・きのこのオイスター かぶのゆかり和え のり佃煮 味噌汁(豆腐・大根葉) Ca牛乳	御飯 つくね 青菜のカニ風味和え 青しその実漬け 味噌汁(キャベツ・油揚げ) Ca牛乳	黒糖ロール スプレッド チーズオムレツ コールスローサラダ コンソメスープ(玉葱・人参) Ca牛乳	御飯 豚肉と里芋の煮物 春菊の土佐和え ふりかけ 味噌汁(豆腐・絹さや) ヨーグルト	御飯 納豆 ハム・もやしの炒め物 青菜の磯香和え 味噌汁(大根・万葱) Ca牛乳
昼	御飯 鶏肉の祐庵焼き (紅色貝割れ、青菜) 揚げ出し豆腐 空豆の白和え 味噌汁(玉葱・ワカメ)	温玉たぬきうどん 塩肉じゃが 春キャベツのナメケ和え ミックスフルーツ	◇洋食屋さん献立◇ 御飯 鶏肉のチーズパン粉焼き (キャベツ・トマト) ビーンズサラダ フルーツ(パイナップル) コンソメスープ(青菜・人参)	◇洋食屋さん献立◇ 御飯 八宝菜 焼餃子 春雨の華風和え 中華スープ(鳴門・ワカメ)	寿司 茶碗蒸し 清汁(手鞠麩・絹さや)	御飯 鶏肉のニンニク味噌焼き (インゲン) 巾着の煮物 白菜の浅漬け 清汁(昆布・万葱)	御飯 鱈フライ・イカリングフライ (キャベツ・トマト) ブロッコリー・カニカマの葛煮 フルーツ(パイナップル・リンゴ缶) 味噌汁(茄子・大根葉)
15時食	メロンゼリー	もみじまんじゅう	ミルク&キャラメルハウム	どらやき(抹茶)	レモンケーキ	ムーンライト	シュガーロール
夕	御飯 鯉の茸あんかけ (パセリ) 南瓜の煮物 フルーツ(ミカン・リンゴ缶) 味噌汁(麩・大根葉)	御飯 豚肉の甘酢炒め (ブロッコリー) 切干大根の煮物 金時豆 味噌汁(茄子・万葱)	御飯 ほきの利久煮 (オクラ) 蒟蒻・蓮根の金平 もやしの青じそ和え 味噌汁(生揚げ・葱)	御飯 豆腐ハンバーグ (卸ポン酢・インゲン) ひじきの煮物 フルーツ(バナナ) 味噌汁(じゃが芋・万葱)	御飯 豚肉の甘酢ねぎ胡麻だ (もやし) さつま芋・昆布の煮物 フルーツ(黄桃・白桃缶) 味噌汁(しめじ・大根葉)	御飯 鯖の当座煮 (小松菜) カリフラワーのそぼろ炒め フルーツ(ミカン・洋梨缶) 味噌汁(エノキ・油揚げ)	御飯 炒り鶏 胡瓜とワカメの酢の物 しば漬け 味噌汁(白玉麩・葱)
エネルギー	1592kcal	エネルギー 1531kcal	エネルギー 1509kcal	エネルギー 1591kcal	エネルギー 1635kcal	エネルギー 1523kcal	エネルギー 1568kcal
蛋白質	66.2g	蛋白質 62.2g	蛋白質 60.3g	蛋白質 56.3g	蛋白質 70.9g	蛋白質 58.3g	蛋白質 59.7g
脂質	36g	脂質 36.7g	脂質 40.5g	脂質 37.4g	脂質 46.3g	脂質 41.9g	脂質 37.1g
炭水化物	244.5g	炭水化物 231.8g	炭水化物 222.2g	炭水化物 253.1g	炭水化物 225.1g	炭水化物 217.5g	炭水化物 244.4g
鉄	10.9mg	鉄 10.4mg	鉄 10.4mg	鉄 11.9mg	鉄 10.5mg	鉄 10.4mg	鉄 10mg
食塩	9.7g	食塩 9.8g	食塩 9.3g	食塩 9.3g	食塩 10g	食塩 9.5g	食塩 9.5g

祐庵焼き

祐庵焼きとは、醤油・みりん・酒の同割の汁に柚を加え、焼く料理を祐庵焼きや幽庵焼きと呼びます。
この料理を考案し、よく作ったとされる江戸時代の茶人の名が北村祐庵であり、その雅号が幽庵であることに由来しています。

「たぬき」

「たぬき」の登場は、あまりはっきりしていませんが、それでも江戸時代の終わりぐらいに江戸で始まったと推測されます。今では、天かすのことを「たぬき」と称していますが最初の頃は、ちゃんと中身があり、烏賊を芯として扇形に衣を膨らませて作った天ぷらが乗っているものが「たぬき」でした。全体の大きさに比べて中身が少しなので「化かす」ということから「たぬき」という様になった という説や天ぷらから種を抜いた「たぬき」から「たぬき」になった という説があります。

献立作成者 岡崎